

予定献立表

令和 8年 2月 21日 ~ 令和 8年 2月 28日

日	朝食	昼食	夕食
21(土)	ごはん みそ汁 野菜のソテー 佃煮 牛乳 	ごはん 豆腐ハンバーグ カリフラワーのクリーム煮 大根サラダ フルーツ 	ごはん ジャガイモのそぼろ煮 茶碗蒸し 青菜の磯辺和え 
22(日)	ごはん みそ汁 青菜のオイスターソース炒め 佃煮 牛乳 	ごはん ポテトオムレツ 季節のみそ汁 グリーンサラダ フルーツ 	ごはん 焼き肉 ビーフンソテー ナムル 
23(月) 	雑炊 大豆煮 つけもの ぶどうヨーグルト 	ごはん かきあげ みそ汁 白菜のごま酢和え フルーツ 	ごはん ポトフ 鶏レバー煮 スパゲティサラダ 
24(火)	ごはん みそ汁 麩の煮付け ふりかけ 牛乳 	ごはん 豚肉の味噌漬け焼き 玉子スープ 伴三絲 フルーツ 	ごはん カレー風味の肉豆腐 源平煮なます 長芋のあえ物 
25(水)	ごはん みそ汁 オムレツ ふりかけ 牛乳 	さつま芋の炊き込みご飯 鰯の幽庵焼き 田舎汁 青菜のおろし和え フルーツ 	ごはん 鶏のホイル焼き ぜんまい煮 カニサラダ 
26(木)	ごはん みそ汁 煮浸し 佃煮 乳酸菌飲料 	ハヤシライス ブロッコリーのサラダ フルーツのヨーグルト和え 	ごはん 海鮮鍋 ふきの炒め煮 ユカリ和え 
27(金)	ごはん みそ汁 大根とひき肉の炒め煮 ふりかけ 牛乳 	やきうどん (代替食: 肉団子の酢豚風) 水餃子のスープ アスパラのナッツ和え マンゴープリン 	ごはん ふくさ焼き 筑前煮 青菜のポン酢和え 
28(土)	ごはん みそ汁 厚あげの煮物 佃煮 牛乳 	ごはん 牛肉コロッケ 具沢山味噌汁 海草サラダ フルーツ 	ごはん 麻婆豆腐 蒸しシューマイ 中華風なます 