


2022年2月 献立表


今年の恵方 北北西 やや北 	1日 火	2日 水	3日 木	4日 金	5日 土
	親子丼 <small>カリフラワーのバター醤油炒め チンゲン菜のしらす和え 味噌汁 ヨーグルト</small>	ごはん 和風煮込みハンバーグ 大根のピリ辛炒め もやしのピーナッツ和え 清汁 キウイ	【節分】 巻き寿司 炊き合わせ 小松菜の昆布和え 赤だし 白桃缶	ごはん 鱈のピカタ ピーマンの塩こうじ炒め シロナのサラダ 味噌汁 みかん缶	ごはん 油淋鶏 なすの味噌煮 菜の花のナムル 清汁 ミックスフルーツ
	エネルギー 625 Kcal	エネルギー 462 Kcal	エネルギー 509 Kcal	エネルギー 500 Kcal	エネルギー 615 Kcal
おやつ	どら焼き(抹茶)	ぜんざい	チョコレート饅頭	カステラ 甘酒	ババロア
	エネルギー 110 Kcal	エネルギー 212 Kcal	エネルギー 76 Kcal	エネルギー 248 Kcal	エネルギー 73 Kcal

	7日 月	8日 火	9日 水	10日 木	11日 金	12日 土 <small>ハワイ</small>
屋敷	ごはん クリームシチュー ピーマンのソテー ブロッコリーのサラダ 佃煮 キウイ	ごはん メンチカツとコロケ ほうれん草の炒め物 白菜の辛子和え 味噌汁 ミックスフルーツ	菜飯 ちゃんぽん麺 肉しゅうまい チンゲン菜の中華和え 白桃缶	ごはん 白身魚のトマトソースかけ 豚肉のソテー カリフラワーのイタリアンサラダ コンソメスープ りんご缶	ごはん 柳川風卵とじ 人参のきんぴら 春菊の白和え 味噌汁 メロンゼリー	【世界料理】 アヒホキ丼 ガーリックシュリンプ シロナのドレッシング和え コンソメスープ パイナップル缶
	エネルギー 639 Kcal	エネルギー 684 Kcal	エネルギー 700 Kcal	エネルギー 585 Kcal	エネルギー 639 Kcal	エネルギー 526 Kcal
おやつ	ハウムクーヘン	【菓子パンの日】 ジャムパン	吹雪饅頭	ぜんざい	蒸しパンケーキ(いちご)	ソフトクレープ(バナナ)
	エネルギー 74 Kcal	エネルギー 283 Kcal	エネルギー 102 Kcal	エネルギー 212 Kcal	エネルギー 65 Kcal	エネルギー 87 Kcal

	14日 月	15日 火	16日 水	17日 木	18日 金	19日 土
屋敷	ごはん 白身魚のフライ 白菜のスープ煮 チンゲン菜のわさび和え 味噌汁 黄桃缶	ごはん タンドリーチキン 玉ねぎのソース炒め カリフラワーのごまサラダ コンソメスープ みかん缶	ごはん お好み焼き風卵焼き 畑菜の煮浸し ブロッコリーのレモン和え 清汁 パイナップル缶	チャーハン 春巻き ホタテのソテー キャベツの中華和え 中華スープ ミックスフルーツ	わかめごはん 鶏天そば かに風味卵焼き ほうれん草の柚子かつお和え なし缶	ごはん 白身魚のオニオンソースかけ 冬瓜のそぼろあんかけ もやしのドレッシング和え 清汁 キウイ
	エネルギー 622 Kcal	エネルギー 594 Kcal	エネルギー 530 Kcal	エネルギー 647 Kcal	エネルギー 577 Kcal	エネルギー 472 Kcal
おやつ	【おやつレク】 チョコバナナクレープ	【おやつレク】 チョコバナナクレープ	レモンケーキ	スイスロール	ぜんざい	プリン
	エネルギー 170 Kcal	エネルギー 170 Kcal	エネルギー 65 Kcal	エネルギー 106 Kcal	エネルギー 212 Kcal	エネルギー 62 Kcal

	21日 月	22日 火	23日 水	24日 木	25日 金	26日 土
屋敷	ごはん 八宝菜 揚げシュウマイ パンサンスープ 中華スープ いちごゼリー	ゆかりごはん 味噌ラーメン 肉巻き 畑菜の華風和え マンゴー缶	【誕生会】 押し寿司 巻き寿司 天ぷら 茶碗蒸し 清汁 いよかん	【誕生会】 押し寿司 巻き寿司 天ぷら 茶碗蒸し 清汁 いよかん	カレーライス 漬物 ブロッコリーサラダ ヨーグルト	ごはん 肉団子のトマト煮込み キャベツのソテー オクラのポン酢和え コンソメスープ なし缶
	エネルギー 595 Kcal	エネルギー 634 Kcal	エネルギー 625 Kcal	エネルギー 656 Kcal	エネルギー 659 Kcal	エネルギー 544 Kcal
おやつ	ソフトクレープ(バナナ)	ドームケーキ(カスタード)	ケーキ 紅茶	ケーキ 紅茶	どら焼き(ずんだ)	ぜんざい
	エネルギー 87 Kcal	エネルギー 117 Kcal	エネルギー 163 Kcal	エネルギー 163 Kcal	エネルギー 102 Kcal	エネルギー 212 Kcal

28日 月	<p style="text-align: center;">お知らせ!</p> <p>☆2/3節分の日【巻き寿司】です。</p> <p>☆2/12《世界(へ)料(理で)行(こう)②》「ハワイ」です。</p> <p>☆2/14.15おやつレク【チョコバナナクレープ】を皆様と作ります。</p> <p>☆2/23.24誕生会メニュー【押し寿司・天ぷらなど】</p> <p>おやつは【ケーキと紅茶】です。</p>
屋敷	菜飯 五目うどん 揚げ茶巾のくずあんかけ シロナのおろし醤油和え マンゴー缶 エネルギー 663 Kcal
おやつ	炭酸饅頭 エネルギー 65 Kcal



※状況により献立を変更することがございますが、ご了承ください。