








2月 献立表

日	月	火	水	木	金	土	
				2月1日	2月2日	2月3日	
<p>・2月のお休みは4、11、12、18、23、25日です。 ・メニューは変更になる場合があります。 ・カロリーは目安です。</p>					<p>ごはん 清汁 さわらのゆずみそ焼き 油揚げの詰め煮 春菊の胡麻和え</p> <p>584kcal</p>	<p>ごはん 味噌汁 鶏のすきやき風煮 やわらかたまご 菜の花の辛し和え</p> <p>619kcal</p>	<p>ちらし寿司 つみれ汁 とりつくねとかぶの煮物 ストロベリーノバロア</p> <p>569kcal</p>
2月4日	2月5日	2月6日	2月7日	2月8日	2月9日	2月10日	
<p>本日、 お休みです</p> 	<p>ごはん 味噌汁 豚肉の生姜焼き 洋野菜の吉野煮 ポテトサラダ</p> <p>645kcal</p>	<p>ごはん 味噌汁 いりどり れんこんのはさみ揚げ 豆ひじき</p> <p>642kcal</p>	<p>ごはん 味噌汁 チキンピカタ かにしゅうまい 牛乳</p> <p>658kcal</p>	<p>ごはん 味噌汁 鮭の甘酢あんかけ 牛肉と牛蒡の煮物 ヨーグルト</p> <p>587kcal</p>	<p>キーマカレー スープ 野菜サラダ 漬物 みかんヨーグルト</p> <p>704kcal</p>	<p>ごはん スープ 鶏肉のハニーマスタード焼き コールスローサラダ 竹の子の煮物</p> <p>677kcal</p>	
2月11日	2月12日	2月13日	2月14日	2月15日	2月16日	2月17日	
<p>建国記念 の日</p> 	<p>振替 休日</p>	<p>ごはん 清汁 ぶりの照り焼き もやしのオムライス炒め 豆サラダ</p> <p>5779kcal</p>	<p>ごはん けんちん汁 ポテトサラダ&はんぺんフライ 蒸し鶏と野菜の和え物 ハレタケどらやき</p> <p>661kcal</p>	<p>ごはん 清汁 豚肉のネギ塩ダレ ほうれん草と卵の炒め物 ヤクルト</p> <p>667kcal</p>	<p>ごはん 味噌汁 鱈の生姜焼き 田舎煮 きゅうりの沢庵和え</p> <p>620kcal</p>	<p>ごはん 清汁 家常豆腐 スープ餃子 ひじきの煮物</p> <p>621kcal</p>	
2月18日	2月19日	2月20日	2月21日	2月22日	2月23日	2月24日	
<p>本日、 お休みです</p> 	<p>ごはん 味噌汁 ぶり大根 揚げだし豆腐 キャベツのなめたけ和え</p> <p>591kcal</p>	<p>カレーライス コンソメスープ サラダ 漬物 ヨーグルト</p> <p>728kcal</p>	<p>ごはん 味噌汁 鮭のちゃんちゃん焼き 焼きビーフン 漬物</p> <p>550kcal</p>	<p>ラーメン 肉まん もやしサラダ フルチ</p> <p>567kcal</p>	<p>天皇誕生日</p> 	<p>ごはん 味噌汁 鶏肉の幽庵焼き ジャマンポテト ホリソウのナムル</p> <p>721kcal</p>	
2月25日	2月26日	2月27日	2月28日	2月29日			
<p>本日、 お休みです</p> 	<p>かき揚げそば 菜飯 ほうれん草の胡麻和え りんごヨーグルト</p> <p>559kcal</p>	<p>ごはん 中華スープ かに玉 切干大根の炒り煮 かぼちゃの旨煮</p> <p>562kcal</p>	<p>五色丼 味噌汁 おでん 牛乳</p> <p>748kcal</p>	<p>ごはん スープ 煮込みハンバーグ 野菜炒め 酢の物(胡瓜、しらす)</p> <p>600kcal</p>	