

が づ こん だて ひょう
2月 献立表

げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
1	2	3	4	5
ごはん コンソメスープ コロッケ しらすあえ はくさい 白菜のクリーム煮	いわしの ^{うめ} 梅しそフライ(イワシ) カリフラワーサラダ カボチャの ^{にもの} 煮物 ふく ^{まめ} 福豆	おにぎり みそ 味噌ラーメン(卵) ^{たまご} しゅうまい	ごはん みそしる とり ^て 鶏の照り焼き ゆかり和え い ^{どうふ} 炒り豆腐	メンチカツカレー スープ ツナサラダ
8	9	10	11	12
ごはん みそしる さかな ^{しおや} 魚の塩焼き(サゴシ) たまご ^{豆腐} 豆腐(卵) ^{たまご} にく ^{だんご} 肉団子と春雨煮	ごはん みそ汁 ぶた ^{にく} 豚肉の生姜炒め もやし ^の ゴマ酢和え し ^{のだ} 信田煮	おにぎり しっぽくうどん や ^焼 きなす	やす 休み	チキンライス コンソメスープ フレンチサラダ
15	16	17	18	19
ごはん みそ汁 ハンバーグ ポテトサラダ きゃべつ ^{たまご} と卵のソテー(卵) ^{たまご}	ごはん すまし汁 さけ ^の 鮭のムニエル(鮭) ^{さけ} やまい ^も 山芋の酢の物 なす ^の 味噌煮	おにぎり きつねそば さ ^{といも} 里芋のゆずみそかけ	ごはん みそ汁 や ^焼 きたらの甘酢あんかけ ピーナツ和え や ^{さい} 野菜のコンソメ煮	ちゅう ^{かどん} 中華丼 たまご ^の 卵スープ(卵) ^{たまご} とう ^ふ 豆腐サラダ
22	23	24	25	26
ロールパン や ^{さい} 野菜いっぱいスープ とんかつ な ^{はな} 菜の花和え物 かぼ ^{ちや} カボチャのミルク煮	やす 休み	おにぎり キムチラーメン(卵) ^{たまご} れん ^{こん} のそぼろ煮	ごはん すまし汁 さ ^{かな} 魚の竜田揚げ(さば) ^あ お ^{ひた} 浸し ひ ^{じき} ひじきの炒り煮	えびピラフ コンソメスープ や ^{さい} 野菜サラダ(卵) ^{たまご}