



献立表



	1/29(月)	1/30(火)	1/31(水)	2/1(木)	2/2(金)	2/3(土)	2/4(日)
朝	米飯 味噌汁(小松菜・しめじ) 揚げ茄子の煮浸し 牛乳 梅びしお	米飯 味噌汁(厚揚げ・貝割れ) ぜんまい煮 牛乳 めんたい風味ソース	米飯 味噌汁(玉葱・もやし) 卵の花の炒り煮 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(白菜・舞茸) 筑前煮 牛乳 たまご風味ソース	米飯 味噌汁(厚揚げ・葱) 南瓜の含め煮 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(豆腐・小松菜) 金平牛蒡 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(キャベツ・油揚げ) 鶏肉のすき煮 牛乳 鮭ふりかけ
昼	米飯 わかめスープ 韓国風甘辛鶏 春巻き りんご缶	米飯ハーフ にゅうめん かき揚げ 手作り豆乳小豆寒天	米飯【焼ビーフンの日】 味噌汁(豆腐・葱) 焼ビーフン 茄子の含め煮 ピーチムース 	米飯 清汁(玉麩・貝割れ) 鰯のカレー南蛮 豆腐の木の芽味噌焼き パイン缶	米飯【麩の日】 味噌汁(さつまいも・なめこ) 車麩の肉じゃが  青菜と海老の炒め物 パイン缶	恵方巻 つみれ汁 豆乳いちごプリン 	米飯 味噌汁(小松菜・もやし) ホッケの塩焼き じゃが芋のそぼろ煮 ★大根のそぼろ煮 二色和え
夕	米飯 味噌汁(南瓜・油揚げ) メバルの香味あんかけ 大根の煮物 くるみ和え	米飯 味噌汁(さつまいも・えのき) ホキのコーンマヨ焼き ひじきの煮物 白菜と三つ葉の柚子ドレッシング和え	米飯 味噌汁(じゃが芋・油揚げ) 鶏肉のさっぱり煮 ふんわり花形豆腐 キャベツの塩昆布和え	米飯 味噌汁(キャベツ・ブナピー) 豚肉と大根の旨煮 人参の金平 牛蒡サラダ	米飯 コーンスープ 鶏肉のガーリックバター焼き フランクフルトのスープ煮 大根の和え物	米飯 味噌汁(切麩・貝割れ) 鶏肉の照焼 南瓜の煮物 いんげんのツナマヨ和え	米飯 味噌汁(蕪・葱) 手作り揚げだし豆腐 蓮根の胡麻炒め みかん
おやつ	雪の宿	お楽しみ☺	パンケーキ(抹茶)	どら焼き(カスタード)	ベルギーワッフル	節分饅頭 	スイスロール(バニラ)

☆立春大吉豆腐…古くから節分と立春には白いものを食べると邪気を払い、縁起がよいとされています。

節分(2/3)に食べる豆腐は「それまでの罪や穢れを払う」とされ、立春(2/4)に食べる豆腐は「健康な体に幸福を呼び込む」とされています。

※都合により変更する場合があります

★糖尿病食の方は小鉢が変更になります