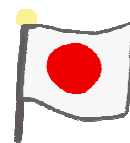




# 献立表



	2/5(月)	2/6(火)	2/7(水)	2/8(木)	2/9(金)	2/10(土)	2/11(日)
朝	米飯 味噌汁(白菜・椎茸) オクラと湯葉のオカカ和え 牛乳 梅びしお	米飯 味噌汁(キャベツ・えのき) 五目金平 牛乳 めんたい風味ソース	米飯 味噌汁(小松菜・ブナピー) 白菜の煮浸し 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(大根・葉大根) ひじき煮 牛乳 たまご風味ソース	米飯 味噌汁(厚揚げ・小松菜) 肉じゃが 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(ほうれん草・えのき) がんもの含め煮 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(厚揚げ・なめこ) 里芋の含め煮 牛乳 鮭ふりかけ 
昼	米飯 清汁(玉麩・三つ葉) 三色そばろ 冬瓜の煮物 いちごムース	米飯【海苔の日・抹茶の日】 あおさ汁  竹輪の磯辺揚げ 切干大根の炒め煮 手作り抹茶バニラア	米飯 清汁(玉麩・葱) 鶏天タルタルがけ 高野五目煮 ぶどうムース	米飯 味噌汁(小松菜・えのき) 肉団子のスープ煮 キャベツのソテー みかん	米飯 清汁(切麩・貝割れ) 鱈のちゃんちゃん焼き 白菜とツナのコンソメ煮 黄桃缶	豚丼 味噌汁(大根・なめこ) 小松菜の煮浸し バナナ 	米飯 清汁(花麩・三つ葉) お麩入り玉子とじ 揚げ茄子の煮物 キャベツの沢庵和え
夕	米飯 清汁(厚揚げ・葱) 鰯と昆布の炊き合わせ 小松菜とはんぺんの煮物 キャベツのおかかマヨ和え	米飯 清汁(蒲鉾・しめじ) 赤魚の塩焼き ふろふき大根の味噌かけ 白菜のなめ茸和え	米飯 味噌汁(豆腐・貝割れ) 鱈の梅煮 金平牛蒡 大根サラダ	米飯 清汁(豆腐・貝割れ) 豚肉の柳川煮 ほうれん草と竹輪の炒め物 もやしの酢の物	米飯 味噌汁(ほうれん草・もやし) けんちん煮 ねぎ焼き 手作り白胡麻豆腐	米飯 味噌汁(じゃが芋・葱) 鶏肉の山賊焼き さつま芋とリンゴの甘煮 いんげんのピーナツ和え	米飯 味噌汁(南瓜・椎茸) ホキの明太マヨ焼き 五目豆 フルーツのヨーグルト和え
おやつ	小豆ワッフル	 抹茶蒸しパン	まがりせんべい	ソファールヨーグルト	シフォンケーキ	蒸し饅頭	カントリーマアム2枚

★建国記念の日とは、日本ができた「日」をお祝いするのではなく、日本という国ができた「こと」をお祝いする日です。  
『日本という国を大切にしよう』という気持ちを育てる日でもあるのだそうです。

※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

