

献立表



	1/27(月)	1/28(火)	1/29(水)	1/30(木)	1/31(金)	2/1(土)	2/2(日)
朝	米飯 味噌汁(小松菜・しめじ) 白菜の煮浸し 牛乳 梅干し	米飯 味噌汁(もやし・葉大根) 卵の花炒り煮 牛乳 明太風味ソース	米飯 味噌汁(厚揚げ・わかめ) 肉じゃが 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(キャベツ・ブナピー) 金平牛蒡 牛乳 玉子風味ソース	米飯 味噌汁(小松菜・油揚げ) 南瓜の含め煮 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(厚揚げ・えのき) ぜんまい煮 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(豆腐・なめこ) 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 パイン缶	米飯 清汁(白菜・えのき) 肉じゃがコロッケ 蓮根の胡麻炒め りんごムース	米飯ハーフ にゅうめん かき揚げ きな粉バナナヨーグルト	米飯 コンソメスープ 鱈のムニエル ナポリタン 手作りコーヒーゼリー	米飯【焼きビーフの日】 味噌汁(大根・わかめ) 焼きビーフ  茄子の含め煮 みかん	米飯ハーフ 醤油ラーメン 小籠包 手作りマンゴープリン 【メンマの日】 	恵方巻 つみれ汁 豆乳いちごプリン 節分 
夕	米飯 味噌汁(南瓜・葱) ホキのコーンマヨ焼き 大根の煮物 くるみ和え	米飯 清汁(玉麩・三つ葉) 味噌おでん 小松菜とツナの甘辛炒め そら豆のサラダ	米飯 味噌汁(さつまいも・油揚げ) とんてき 角麩の煮物 大根の和え物	米飯 味噌汁(もやし・椎茸) 豚肉のオイスターソース炒め じゃが芋の白煮 白菜と三つ葉の柚子ドレッシング和え	米飯 味噌汁(切麩・葱) 鯖の塩焼き 豆腐のくず煮 オクラの梅和え	米飯 清汁(冬瓜・しめじ) 鶏肉のさっぱり煮 お魚豆腐 キャベツの塩昆布和え	米飯 味噌汁(蕪・葱) 車麩の肉じゃが 白菜の煮浸し カリフラワーのかにかま和え
松寿 おやつ	もみじ饅頭	チョコパイ	あんまん	バウムクーヘン	ピザまん	牛乳ケーキ	節分饅頭 

節分…旧暦の立春が新年であったため、その前の日に邪気を払う目的ではじまったのが由来とされており、現在の大晦日のような日であったといわれています。
年の変わり目に邪気を払い、1年の無病息災を願う行事として豆まきをおこなったり、恵方巻やイワシを食べる風習が今も残っているのです。

※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

