



献立表



	2/3(月)	2/4(火)	2/5(水)	2/6(木)	2/7(金)	2/8(土)	2/9(日)
朝	米飯 味噌汁(キャベツ・えのき) オクラと湯葉のオカカ和え 牛乳 梅びしお	米飯 味噌汁(里芋・葉大根) 白菜の煮浸し ひじき煮 味付のり	米飯 味噌汁(大根・葉大根) 筑前煮 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(ほうれん草・ブナピー) 里芋の含め煮 牛乳 たまご風味ソース	米飯 味噌汁(南瓜・椎茸) 五目金平 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(玉葱・しめじ) さつま芋の煮物 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(里芋・小松菜) 切干大根の煮付け 牛乳 鮭ふりかけ
昼	大豆ツナご飯 味噌汁(小松菜・油揚げ) 鶏肉の照焼 冬瓜の煮物 立春 二色和え	米飯 清汁(花麴・三つ葉) 三色そばろ じゃが芋の白煮 バナナムース	米飯 清汁(切麴・わかめ) 厚揚げの味噌炒め 長芋のおかか煮 手作りぶどうゼリー	米飯【海苔の日・抹茶の日】 あおさ汁(玉麴・あおさ) 竹輪の磯辺揚げ 切干大根の炒め煮 手作り抹茶ババロア	黒糖ロールパン クラムチャウダー 南瓜コロッケ チーズサラダ	米飯 味噌汁(大根・葱) 豚肉の柳川煮 ほうれん草と竹輪の炒め物 洋梨缶	米飯 清汁(切麴・貝割れ) 鱈のちゃんちゃん焼き 揚げ茄子の煮物 黄桃缶
夕	米飯 味噌汁(もやし・椎茸) 手作り揚げ出し豆腐 蓮根の胡麻炒め りんご	米飯 味噌汁(玉葱・わかめ) 豚肉と大根の旨煮 人参の金平 キャベツのおかかマヨ和え	米飯 味噌汁(白菜・しめじ) 鱈の幽庵焼き 小松菜とはんぺんの煮物 手作り金時豆	米飯 清汁(蒲鉾・葱) 赤魚の塩焼き ふろふき大根肉味噌かけ 白菜のなめ茸和え	米飯 清汁(豆腐・貝割れ) 鰯と昆布の炊き合わせ 蕪の煮物 メロンムース	米飯 味噌汁(厚揚げ・なめこ) ホッケの煮付け 南瓜の煮物 いんげんのピーナツ和え	米飯 味噌汁(さつま芋・えのき) けんちん煮 ねぎ焼き 手作り白胡麻豆腐
おやつ	まがりせんべい	蒸し饅頭	ココアワッフル	手作り 抹茶蒸しパン	ソフルヨーグルト	スイスロール(いちご)	かっぱえびせん

立春大吉豆腐…古くから「白い豆腐は邪気を追い払うほどの霊力が宿る」と言われ、節分と立春には豆腐を食べる風習があります。
「立春大吉豆腐」とよばれ、「健康な体に幸福を呼び込む」という意味があるそうです。

※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

