月間献立表

ジョウ(A)

日付						02月01日(土)	02月02日(日)
朝						御飯 ｵﾑﾚﾂ &具だくさんﾄﾏﾄ煮 【UP！】ｺｰﾝｽｰﾌﾟ ｼﾞｮｱ	御飯 鰆ひらすの煮付け &大根と人参の煮物 【UP！】具沢山のお味噌汁 【UP！】ﾌﾟﾚｰﾝﾖｰｸﾞﾙﾄ
昼						◇ミックスフライランチ 御飯 ｴﾋﾞﾌﾗｲ&ﾒﾝﾁｶﾂ 付)ｷｬﾍﾞﾂ 春雨ｻﾗﾀﾞ ﾖｰｸﾞﾙﾄ けんちん汁	◎節分 ちらし寿司 鶏のから揚げ ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ 鬼除け汁
おやつ						おやつ(ﾄﾞｰﾑｹｰｷﾁｮｺ)	おやつ(チーズ蒸しパン)
夕						御飯 豚肉の生姜焼き &白菜の煮浸し ごま豆腐 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 さばの塩麹焼き &ひじきの煮物 とろろ 【UP！】夜の豚汁
日付	02月03日(月)	02月04日(火)	02月05日(水)	02月06日(木)	02月07日(金)	02月08日(土)	02月09日(日)
朝	御飯 豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ &ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの炒め物 【UP！】具沢山のお味噌汁 【UP！】ﾊﾞﾆﾗﾖｰｸﾞﾙﾄ	ﾊﾞﾀｰﾛｰﾙ ｼﾞｬﾑ(りんご) ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ~ｶﾘﾌﾗﾜｰ添え 【UP！】ｺｰﾝｽｰﾌﾟ 【UP！】ﾌﾟﾚｰﾝﾖｰｸﾞﾙﾄ	鮭とたまごのお粥 鶏肉の塩麹焼き &具だくさんﾄﾏﾄ煮 ｼｮｱ	ﾊﾞﾀｰﾛｰﾙ ｼﾞｬﾑ(いちご) たまごといんげんのｿﾃｰ 【UP！】ｺｰﾝｽｰﾌﾟ 【UP！】ﾊﾞﾆﾗﾖｰｸﾞﾙﾄ	御飯 さばの味噌煮 &菜の花の煮浸し 【UP！】具沢山の味噌汁 ｼｮｱ	御飯 鮭の塩焼き &白菜煮 【UP！】朝の豚汁 ｼｮｱ	御飯 ｵﾑﾚﾂｰﾄﾏﾄﾊﾔｼｿｰｽ &ｶﾘﾌﾗﾜｰおかか 【UP！】ﾎﾟﾀｰｼﾞｭ 【UP！】ﾌﾟﾚｰﾝﾖｰｸﾞﾙﾄ
昼	◇さわらの西京焼御膳 御飯 さわらの西京焼き 付)焼きなす 鶏もつ煮 ﾌﾙｰﾂ(りんご) つみれ汁	◇旅するランチ～韓国～ ﾋﾞﾋﾞﾝﾊﾞ ﾁﾇﾐ ｸﾞﾚｰﾌﾟｾﾞﾘｰ 春雨ｽｰﾌﾟ	◇あじの蒲焼き定食 御飯 あじの蒲焼き 付)さつま芋の甘煮 厚揚げの煮物 ﾌﾙｰﾂ(ﾊﾞﾅﾅ) お吸い物(塩ちゃんこ)	◇下町中華セット(回鍋肉) 御飯 回鍋肉 春巻き ﾌﾙｰﾂ(ｵﾚﾝｼﾞ) ﾜｶﾒｽｰﾌﾟ	◇揚げ出し豆腐御膳 御飯 揚げ出し豆腐 春菊のごま味噌和え ﾌﾙｰﾂ(キウイ) さつま汁	【お誕生日献立】 穴子丼 天ぷら ﾖｰｸﾞﾙﾄ けんちん汁	◇チキンロールランチ 御飯 ﾁｷﾝﾛｰﾙ(いんげん・人参) 付)リールタス 人参ｻﾗﾀﾞ いちごのﾑｰｽ ｸﾘｰﾑｽｰﾌﾟ
おやつ	おやつ(どら焼きｶｽﾀｰﾄﾞ)	おやつ(水まんじゅう)	おやつ(ドーナツ)	おやつ(炭酸饅頭)	おやつ(黒糖蒸しパン)	【お誕生日おやつ】 マスカルポーネティラミス	おやつ(カステラ)
夕	御飯 ﾁｷﾝのｸﾞﾘﾙ~醤味ｿｰｽ &いんげんの炒め物 納豆 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 豚の角煮 &小松菜 なます 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 麻婆なす 中華冷奴 【UP！】夜の豚汁	御飯 ぶりの照焼き &切干大根煮 ｵｸﾗのおかか和え 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 鶏肉の焦がし醤油 &野菜ｿﾃｰ 温泉卵 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 牛肉のしぐれ煮 &ほうれん草 ﾂﾅとﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 ﾎｯｹみりん焼き &きんぴらごぼう いんげんの白ごま和え 【UP！】夜のお味噌汁
日付	02月10日(月)	02月11日(火)	02月12日(水)	02月13日(木)	02月14日(金)	02月15日(土)	02月16日(日)
朝	御飯 鶏の焦がし醤油 &菜の花の煮浸し 【UP！】具沢山のお味噌汁 【UP！】ﾊﾞﾆﾗﾖｰｸﾞﾙﾄ	ﾊﾞﾀｰﾛｰﾙ ｼﾞｬﾑ(ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ) ｳｲﾝｰとといんげんのｿﾃｰ 【UP！】ﾎﾟﾀｰｼﾞｭ 【UP！】ﾌﾟﾚｰﾝﾖｰｸﾞﾙﾄ	鮭とたまごのお粥 鶏肉の梅しそ焼 &白菜の煮浸し ｼｮｱ	ﾊﾞﾀｰﾛｰﾙ ｼﾞｬﾑ(ﾏﾏﾚｰﾄﾞ) 鮭のﾀﾙﾀﾙｿｰｽ 【UP！】ﾎﾟﾀｰｼﾞｭ 【UP！】ﾊﾞﾆﾗﾖｰｸﾞﾙﾄ	御飯 だし巻きたまご &いんげんｿﾃｰ 【UP！】具沢山のお味噌汁 【UP！】ﾌﾟﾚｰﾝﾖｰｸﾞﾙﾄ	御飯 ﾒﾇｷの照焼き &南瓜の煮物 【UP！】具沢山のお味噌汁 ｼｮｱ	御飯 とりつくね &ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの炒め物 【UP！】ｺｰﾝｽｰﾌﾟ ｼｮｱ
昼	◇お店の本格ビーフカレー ﾋﾞｰﾌｶﾚｰ ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ ｵﾚﾝｼﾞｾﾞﾘｰ 乳酸菌飲料	◇本格！天津飯ランチ 天津飯 焼売 切干大根のｻﾗﾀﾞ ﾜｶﾒｽｰﾌﾟ	◇ぶりのねぎ味噌焼き定食 御飯 ぶりのねぎ味噌焼き 付)甘酢生姜 鶏もつ煮 ﾌﾙｰﾂ(ﾊﾞﾅﾅ) さつま汁	◇本格！麻婆豆腐定食 御飯 麻婆豆腐 3色野菜の塩ごまﾀﾞﾚ 杏仁ﾃﾞｻﾞｰﾄ ﾜﾝﾀﾝｽｰﾌﾟ	◇バレンタイン ﾂﾅとﾄﾏﾄのﾊﾟｽﾀ 豚しゃぶｻﾗﾀﾞ ﾊﾞﾚﾝﾀｲﾝﾃﾞｻﾞｰﾄ ｸﾗﾑﾁｬｳﾀﾞｰ	◇ミートローフランチ 御飯 ﾐｰﾄﾛｰﾌ 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ いちごのﾑｰｽ ｸﾘｰﾑｽｰﾌﾟ	◇定番！あじフライランチ 御飯 あじﾌﾗｲとｺﾛｯｹ 付)ｷｬﾍﾞﾂ 豆ｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂ(りんご) 野菜たっぷりｽｰﾌﾟ
おやつ	おやつ(ﾄﾞｰﾑｹｰｷこしあん)	おやつ(和風ﾊﾟﾝｹｰｷ抹茶)	おやつ(味噌饅頭)	おやつ(ココアワッフル)	おやつ(チーズケーキ)	おやつ(人形焼き)	おやつ(黒糖饅頭)
夕	御飯 さばの塩焼き &南瓜の煮物 ｶﾘﾌﾗﾜｰの梅和え 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 鶏肉のｸﾘｰﾑ煮 野菜ｻﾗﾀﾞ 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 豚肉の生姜焼き &いんげん炒め ﾀﾏｺﾞｻﾗﾀﾞ 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 めばるの中華蒸し &きんぴらごぼう ごま豆腐 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 おろし豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ｵｸﾗのおかか和え 【UP！】夜の豚汁	御飯 さわら西京焼き &ひじきの煮物 納豆 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 赤魚の煮付け &大根と人参の煮物 菜の花のお浸し 【UP！】夜のお味噌汁
日付	02月17日(月)	02月18日(火)	02月19日(水)	02月20日(木)	02月21日(金)	02月22日(土)	02月23日(日)
朝	御飯 めばるの煮付け &里芋の煮物 【UP！】具沢山のお味噌汁 【UP！】ﾊﾞﾆﾗﾖｰｸﾞﾙﾄ	ﾊﾞﾀｰﾛｰﾙ ｼﾞｬﾑ(いちご) 鶏肉の照焼き~ｶﾘﾌﾗﾜｰ添え 【UP！】ｺｰﾝｽｰﾌﾟ 【UP！】ﾌﾟﾚｰﾝﾖｰｸﾞﾙﾄ	ﾎﾟﾀﾃとたまごのお粥 さばの塩麹焼き &菜の花の煮浸し ｼｮｱ	ﾊﾞﾀｰﾛｰﾙ ｼﾞｬﾑ(りんご) 野菜入りｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ~いんげん添 【UP！】ｺｰﾝｽｰﾌﾟ 【UP！】ﾊﾞﾆﾗﾖｰｸﾞﾙﾄ	御飯 鰆鮭の塩焼き &ほうれん草の煮浸し 【UP！】具沢山のお味噌汁 ｼｮｱ	御飯 だし巻きたまご &ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの炒め物 【UP！】具沢山のお味噌汁 ｼｮｱ	御飯 ぶりの照焼き &白菜の煮浸し 【UP！】朝の豚汁 【UP！】ﾌﾟﾚｰﾝﾖｰｸﾞﾙﾄ
昼	◇かつ煮定食 御飯 かつ煮 ｸﾞﾘｰﾝｻﾗﾀﾞ~人参ｿｰｽ ﾌﾟﾘﾝ風ﾑｰｽ つみれ汁	◇塩ちゃんこ定食 ゆかり御飯 擬製豆腐 付)オクラ なすの田楽 ｵﾚﾝｼﾞｾﾞﾘｰ 塩ちゃんこｽｰﾌﾟ	◇洋食屋さんのﾊﾝﾊﾞｰｸﾞﾗﾝﾁ 御飯 ﾃﾞﾐｸﾞﾗｽﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ 付)マッシュポテト・スナップエンドウ マカロニｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂ(ﾊﾞﾅﾅ) 野菜たっぷりｽｰﾌﾟ	◇魚のねぎソース定食 御飯 魚の竜田揚げ~ねぎソースがけ しﾊﾞﾆﾗ炒め ﾌﾙｰﾂ(ｵﾚﾝｼﾞ) けんちん汁	【お好み食】 かつ丼 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾀﾗｺﾏﾖｻﾗﾀﾞ ﾏﾝｺﾞｰﾖｰｸﾞﾙﾄ みそ汁	◇あったかポテトグラタンランチ ﾊﾞﾀｰﾗｲｽ ﾎﾟﾃﾄｸﾞﾗﾀﾝ 人参ｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂ(キウイ) ﾊﾟﾝﾌﾟｷﾝｽｰﾌﾟ	◇松風御膳 御飯 松風焼き 付)甘酢生姜 かぼちゃのｻﾗﾀﾞ ｸﾚｰﾌﾟｾﾞﾘｰ のっぺい汁
おやつ	おやつ(バウムクーヘン)	おやつ(酒饅頭)	おやつ(シュークリーム)	おやつ(どら焼き抹茶)	【お好み食】 おやつ(きなこﾌﾟﾘﾝ)	おやつ(レモンケーキ)	おやつ(もみじまんじゅう)
夕	御飯 鶏肉のねぎ塩焼き いんげんの白ごま和え 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 鰆ひらすのあおさおろし煮 ﾀﾏｺﾞｻﾗﾀﾞ 【UP！】夜の豚汁	御飯 赤魚のみりん焼き &きんぴらごぼう 納豆 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 麻婆なす なます 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 炭火焼きﾁｷﾝ~醤味ｿｰｽ &南瓜の煮物 ｶﾘﾌﾗﾜｰの梅和え 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 豚の角煮 &小松菜 中華冷奴 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 さばの味噌煮 &大根と人参の煮物 ほうれん草のお浸し 【UP！】夜のお味噌汁
日付	02月24日(月)	02月25日(火)	02月26日(水)	02月27日(木)	02月28日(金)		
朝	御飯 さわらの西京焼き &菜の花の煮浸し 【UP！】具沢山のお味噌汁 ｼｮｱ	ﾊﾞﾀｰﾛｰﾙ ｼﾞｬﾑ(ﾏﾏﾚｰﾄﾞ) とりつくね~ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｿﾃｰ添え 【UP！】ﾎﾟﾀｰｼﾞｭ 【UP！】ﾊﾞﾆﾗﾖｰｸﾞﾙﾄ	ﾎﾟﾀﾃとたまごのお粥 鰆鮭の塩焼き &ｶﾘﾌﾗﾜｰおかか ｼｮｱ	ﾊﾞﾀｰﾛｰﾙ ｼﾞｬﾑ(ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ) 豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ~具沢山ﾄﾏﾄ煮込み 【UP！】ﾎﾟﾀｰｼﾞｭ 【UP！】ﾌﾟﾚｰﾝﾖｰｸﾞﾙﾄ	御飯 だし巻きたまご &いんげんの炒め物 【UP！】5種野菜のお味噌汁 【UP！】ﾊﾞﾆﾗﾖｰｸﾞﾙﾄ		
昼	◇野菜たっぷり洋食ランチ 御飯 ｽﾊﾟﾆｯｼｭｵﾑﾚﾂ 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂ(ﾊﾞﾅﾅ) ｸﾘｰﾑｽｰﾌﾟ	【郷土食～長崎～】 ちゃんぽん 海老かつ ﾌﾟﾘﾝ風ﾑｰｽ	◇THE・定番！ポークカレー カレーライス かぼちゃとﾌﾞﾛｯｺﾘｰのｻﾗﾀﾞ ﾋﾞﾀﾐﾝｾﾞﾘｰ 乳酸菌飲料	【選択食】御飯 Aうま塩唐揚げ Bかれいの西京ﾁｰｽﾞ焼き 付)ｷｬﾍﾞﾂ えびと卵の炒め煮 ﾌﾙｰﾂ缶(カクテル) けんちん汁	◇サーモンのﾀﾙﾀﾙ焼きランチ 御飯 サーモンのﾀﾙﾀﾙ焼き 付)甘煮人参 ﾋﾞｰﾝｽﾞｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂ(ﾊﾞﾅﾅ) ﾊﾟﾝﾌﾟｷﾝｽｰﾌﾟ		
おやつ	おやつ(モカロールケーキ)	おやつ(クリームワッフル)	おやつ(すんだどら焼き)	おやつ(ﾄﾞｰﾑｹｰｷｶｽﾀｰﾄﾞ)	おやつ(チョコレート饅頭)		
夕	御飯 鶏肉の焦がし醤油 &きんぴらごぼう 納豆 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 赤魚の煮付け &いんげんの炒め物 ごま豆腐 【UP！】夜の豚汁	御飯 牛焼肉 &野菜炒め 温泉卵 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 ﾒﾇｷの照焼き &白菜の煮浸し ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの白ごま和え 【UP！】夜のお味噌汁	御飯 鶏肉の梅しそ焼 &ひじきの煮物 とろろ 【UP！】夜のお味噌汁		