

令和8年2月献立

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日	1	2	3	4	5	6	7
朝食		だし巻き卵・サラダバー いかと豆腐の甘辛煮 ご飯・みそ汁	肉団子の甘酢炒め 青菜と豆腐の和え物 ご飯・みそ汁・サラダバー	ベーコン・目玉焼き 春雨サラダ・サラダバー ご飯・みそ汁	豚肉となすのみそ炒め さつま揚げ・卵サラダ ご飯・みそ汁	魚の照り焼き・だし巻き卵 キノコとこんにゃくのソテー サラダバー ご飯・みそ汁	ロールパン・ジャム・バター ブロッコリーのガーリック炒め ベーコンのスープ・ヨーグルト
夕食		チキンと野菜のトマト煮込み 魚のソテー・小松菜のお浸し ご飯・みそ汁・サラダバー	恵方巻・節分豆 厚揚げの煮物 豚汁・サラダバー	青椒肉絲・大根ステーキ 魚の酢味噌和え ご飯・みそ汁・サラダバー	ビーフシチュー・サラダバー インゲンの胡麻和え ご飯・パン・果物	ガリバタチキン・サラダバー わかめと長いもの和え物 ご飯・みそ汁	酢豚・中華スープ 麻婆もやし・人参のナムル ご飯・サラダバー
日	8	9	10	11	12	13	14
朝食		豚バラもやし・オムレツ 切り干し大根のサラダ サラダバー・ご飯・みそ汁	ちくわ磯辺焼き 豆腐と野菜の味噌炒め サラダバー・ご飯・みそ汁	豚肉の梅しそ和え だし巻き卵・サラダバー ご飯・みそ汁	鶏肉ポン酢焼き 青菜と豆腐の和え物 サラダバー・ご飯・みそ汁	焼き魚・オムレツ（チーズ） トマト浅漬け・サラダバー ご飯・みそ汁	ホットドッグ 青のりポテトフライ コンソメスープ ヨーグルト
夕食		鶏ザンギ・サラダバー にら玉炒め ご飯・みそ汁	キーマカレー・目玉焼き 春雨サラダ・サラダバー 果物・コンソメスープ	三色丼・魚のホイル焼き ポテトサラダ・サラダバー ご飯・みそ汁	回鍋肉・春巻き サラダバー ご飯・中華スープ	けんちんうどん・かしわ天 肉みそキャベツ ご飯・サラダバー	デミグラスハンバーグ 付け合わせ野菜・サラダバー ご飯・みそ汁・チョコプリン
日	15	16	17	18	19	20	21
朝食		肉団子と野菜の炒め物 人参の白和え・白菜漬け ご飯・みそ汁・サラダバー	ハムとキャベツの炒め物 豆腐のチーズ焼き ご飯・みそ汁・サラダバー	厚揚げの胡麻生姜焼き だし巻き卵・サラダバー ご飯・みそ汁	白身魚の甘酢あんかけ 炒りこんにゃく ご飯・みそ汁・サラダバー	ハムエッグ 野菜のマリネ・サラダバー ご飯・コンソメスープ	BLTバーガー サラダバー・ミネストローネ ヨーグルト
夕食		豚肉とこんにゃくの炒め物 はんぺんのコーン上げ ご飯・みそ汁・サラダバー	魚の香草焼き 甘辛大根・酢の物 ご飯・みそ汁・サラダバー	グラタン・サラダバー 照り焼きチキン ご飯・コンソメスープ・果物	豚の生姜焼き・サラダバー ほうれん草のオイマヨサラダ ご飯・みそ汁	塩焼きそば エビチリ・サラダバー ご飯・中華スープ	チキン南蛮 ブロッコリーと卵のサラダ ご飯・みそ汁・サラダバー
日	22	23	24	25	26	27	28
朝食		魚の甘酢和え 目玉焼き・中華サラダ ご飯・みそ汁	鶏肉と野菜のソテー 湯豆腐・サラダバー ご飯・みそ汁	焼き魚・納豆 白菜の塩昆布和え ご飯・みそ汁・サラダバー	豚しゃぶ・だし巻き卵 小松菜ののり和え ご飯・みそ汁	魚の照り焼き・サラダバー 小松菜とちくわの和え物 ご飯・みそ汁	ピザトースト・ポテトサラダ 目玉焼き・オニオンスープ フルーツゼリー
夕食		ポークステーキ きんぴらごぼう・サラダバー ご飯・みそ汁	ちゃんぽんラーメン ひじきの炒め物・サラダバー ご飯・果物	大根の鶏そぼろあん 魚の味噌バター焼き ご飯・みそ汁・サラダバー	バターチキンカレー エビフライ・サラダバー コンソメスープ・果物	白菜と豚肉のミルフィーユ 甘辛レンコン焼き ご飯・けんちん汁・サラダバー	お別れ会