



## 2月のきゅうしょく



## 2月のもくひょう



楽しく食事をしよう

2日（月）
 •ごはん •牛乳 •おくすかけ •豚肉と野菜の炒め物 •すんどうもん 【郷土料理：宮城】

3日（火）
 •ごはん •牛乳 •かぶのみそ汁 •いわしの煮付け •白菜の和え物 •福豆 【節分献立】

4日（水）
 •ごはん •牛乳 •親子丼 •厚揚げのポン酢かけ

5日（木）
 •ココアベビーパン •牛乳 •小松菜のクリーミーパゲティ •白花豆コロッケ •れんこんのソテー

6日（金）
 •ごはん •牛乳 •カレーライス •ほうれん草のサラダ •醤油乳（マスカット）

9日（月）
 •ごはん •牛乳 •具だくさん味噌汁 •赤魚のごまだれ焼き •一口天の煮物

10日（火）
 •パエリア •牛乳 •大豆ミンチカツ •キャベツのサラダ •桃の缶詰

12日（木）
 •コッペパン •牛乳 •大根のボトフ •白菜とコーンのサラダ •はちみつ＆マーガリン

13日（金）
 •ごはん •牛乳 •わかめスープ •鶏キューブのまぜごはん •手作り黒糖アーモンド

16日（月）
 •ごはん •牛乳 •みぞれ鍋 •卵焼き •手作りのり佃煮

17日（火）
 •全粒粉コッペパン •牛乳 •野菜スープ •ミートボロト •スライスチーズ

18日（水）
 •減量米飯 •牛乳 •つけ麺 •あじミンチフライ •のりぶりかけ

19日（木）
 •コッペパン •牛乳 •根菜のクリームシチュー •切り干し大根のナポリタン風 •ミルメーク

20日（金）
 •米飯 •牛乳 •すまし汁 •さばの塩焼き •小松菜とチゲソイの煮びたし •味つけのり

24日（火）
 •アップルパン •牛乳 •フロー •じゃがいもの炒め物 •ヨーグルト

25日（水）
 •米飯 •牛乳 •ハヤシライス •かぶとツナのサラダ •型抜きチーズ



26日（木）
 •黒糖パン •牛乳 •高野豆腐の酢豚風 •春雨の中華和え •ホイップバター

27日（金）
 •米飯 •牛乳 •かしわのすき焼き •さつまいもとごぼうのカリっと揚げ •手作りしそひじきぶりかけ