



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
- ・ずんだもち

【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
- ・厚揚げのボン酢かけ

5日 (木)



- ・ココアベビーパン
- ・牛乳
- ・小松菜のクリームパゲイ
- ・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
- ・酸酵乳 (マカッ)

9日 (月)



- ・ごはん
- ・牛乳
- ・真だくさん味噌汁
- ・赤魚のこまだれ焼き
- ・一口天の煮物

10日 (火)



- ・バエリア
- ・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
- ・大根のポトフ
- ・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
- ・鶏キムチのまぜごはん
- ・手作りの黒糖アーモンド

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
- ・ミートポテト
- ・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
- ・のりふりかけ

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
- ・小松菜とチヂミの煮びたし
- ・味つけのり

24日 (火)



- ・アップルパン
- ・牛乳
- ・フォー
- ・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

27日 (金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・かしわのすき焼き
- ・さつまいもとこぼろの
カリッと揚げ
- ・手作りしそじきふりかけ



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