



令和2年2月 献立表



日	月	火	水	木	金	土
<p>2月のお休みは、2日(日)、9日(日)、11(火)、16日(日)、23日(日)、24日(月)です。</p> <p>★メニューは変更になる可能性があります。</p> <p>★カロリーは目安となります。</p>						<p>2月 1日</p> <p>ごはん 清汁(しめじ) 魚のゆずみそ焼き 油揚げの詰め煮 春菊の胡麻和え</p> <p>670 kcal</p>
2月 2日	2月 3日	2月 4日	2月 5日	2月 6日	2月 7日	2月 8日
	<p>ちらし寿司 つみれ汁 とりつくねと株の煮物 昆布豆</p> <p>660 kcal</p>	<p>ごはん コンソメスープ カニ玉 切干大根の炒り煮 牛乳</p> <p>690 kcal</p>	<p>ごはん 味噌汁(大根、油揚げ) 豚肉の生姜焼き 洋野菜の吉野煮 拌三絲</p> <p>700 kcal</p>	<p>ごはん 味噌汁(豆腐、わかめ) 筑前煮 エビカツ ストロベリーパバロア</p> <p>700 kcal</p>	<p>ごはん 味噌汁(麩、納豆) チキンピカタ えびしゅうまい 煮浸し(白菜、油揚げ)</p> <p>690 kcal</p>	<p>ごはん けんちん汁 メンチカツ リヨネーズポテト 青菜の辛し和え</p> <p>730 kcal</p>
2月 9日	2月10日	2月11日	2月12日	2月13日	2月14日	2月15日
	<p>ごはん 味噌汁(キャベツ、油揚げ) 鮭の甘酢あんかけ 牛肉と牛蒡の煮物 ヨーグルト</p> <p>630 kcal</p>	<p>建国記念日</p> <p>ごはん 清汁(はんぺん、かいわれ) 魚の照り焼き 里芋の柚子味噌煮 かぼちゃサラダ</p> <p>650 kcal</p>	<p>かき揚げそば ゆかり御飯 ほうれん草の胡麻和え 果物(バナナ)</p> <p>670 kcal</p>	<p>ごはん 味噌汁(白菜、麩) すきやき風煮 温泉卵 バレンタインプリン</p> <p>700 kcal</p>	<p>ごはん 清汁(はんぺん、わかめ) 豚肉のネギ塩ダレ ほうれん草と卵の炒め物 ジョア</p> <p>720 kcal</p>	
2月16日	2月17日	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日	2月22日
	<p>ラーメン 肉まん もやしサラダ ジョア</p> <p>660 kcal</p>	<p>カレーライス コンソメスープ サラダ 漬物(福神漬け・ラッキョウ) ヨーグルト</p> <p>760 kcal</p>	<p>ごはん 清汁(しめじ) 家常豆腐 春巻き 漬物(しば漬け)</p> <p>690 kcal</p>	<p>ごはん 味噌汁(豆腐、わかめ) さばの塩焼き 田舎煮 きゅうりの沢庵和え</p> <p>680 kcal</p>	<p>パン(バターロール) ジャム(いちご) クリームシチュー コールスローサラダ 牛乳</p> <p>620 kcal</p>	<p>ごはん 味噌汁(玉葱、麩) ぶり大根 揚げだし豆腐 キャベツのなめたけ和え</p> <p>660 kcal</p>
2月23日	2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日	2月29日
	<p>振替休日</p>	<p>ごはん 味噌汁(大根、油揚げ) 鮭のちゃんちゃん焼き じゃがいものそぼろ煮 春雨炒め</p> <p>660 kcal</p>	<p>ごはん スーミータン えびのチリソース炒め ジャマポテト 納豆のナムル</p> <p>670 kcal</p>	<p>チキンライス チャウダー きのこのキッシュ 果物(バナナ)</p> <p>650 kcal</p>	<p>石狩御飯 味噌汁(キャベツ、油揚げ) ふるふき大根鶏味噌かけ おひたし(春菊)</p> <p>620 kcal</p>	