

暖暖の里 献立表



2月



(株)ミツイ フードサービス部



	2月1日(木)	2月2日(金)	2月3日(土)	2月4日(日)
	ツナと豆腐の煮物 昆布佃煮 刻み大根漬け ご飯 味噌汁 乳酸飲料	鮭の塩焼き 味付け海苔 卵かけご飯ソース ご飯 味噌汁 ヨーグルト	ミートボール 納豆 赤胡瓜漬 ご飯 七草汁 乳酸飲料	ソーセージの卵炒め 海苔佃煮 梅干し ご飯 味噌汁 ヨーグルト
	白身魚のケチャップ煮 なめこおろし 高野豆腐の煮物 ご飯 味噌汁 デザート	キーマカレー コルスローサラダ 中華春雨スープ フルーツヨーグルト	～節分特別メニュー～ 	かき揚げ温麺 海苔巻き しば漬け フルーツ
	とんかつ 大根とさつま揚げの煮物 キムチ漬け ご飯 清まし汁	赤魚の漬け焼き 菜の花の辛子和え 蒸し鶏の「マド」けり ご飯 味噌汁	鶏肉のおろしポン酢和え 揚げ茄子の生姜醤油 切干大根煮 ご飯 清まし汁	鰯のにんにく醤油焼き 白菜と春雨の炒め煮 きゅうりの浅漬け ご飯 味噌汁
朝	厚揚げと糸こんにの煮物 卵焼き ふりかけ ご飯 味噌汁 乳酸飲料	がんもの煮物 とろろ チーズ ご飯 味噌汁 ヨーグルト	ツナと高野豆腐の卵とし 味付け海苔 エビ味噌 ご飯 味噌汁 ヨーグルト	チーズオムレツ 笹かまの山葵醤油和え 梅干し ご飯 味噌汁 乳酸飲料
昼	じゃっぱ汁 中華ちまき風混ぜご飯 人参ともやしのお浸し デザート	つくねのチリソース 春菊の卵とし 大豆入りポテトサラダ ご飯 清まし汁 デザート	鱈の「リックマ」焼き なめこおろし 炒り豆腐 ご飯 味噌汁 デザート	麻婆茄子 粉ふき芋 ほうれん草の紅生姜和え ご飯 清まし汁 デザート
夕	照り焼きチキン カリカリのおかか和え 昆布豆 ご飯 清まし汁	秋刀魚の甘露煮 白菜と豚肉の煮物 おろし納豆 ご飯 味噌汁	豚の生姜焼き オクラの梅たたき 卵豆腐 ご飯 清まし汁	ハンバーグ 厚揚げの味噌煮 オクラと昆布の和え物 ご飯 清まし汁
朝	厚揚げ煮 ポイルドウィンナー チーズ ご飯 味噌汁 ヨーグルト	もやしのそぼろあん 味付け海苔 高菜漬け ご飯 味噌汁 乳酸飲料	豚バラと糸こんにの煮物 温泉卵 ふりかけ ご飯 味噌汁 ヨーグルト	2月12日(月)
昼	チキンのママレード煮 五目豆 わかめとツナのサラダ ご飯 清まし汁 デザート	カレイのムニエル じゃがバター 人参とハムのサラダ ご飯 味噌汁 デザート	♡大人様ランチ♡	2月13日(火)
夕	メヌケの煮付 卵の花 薩摩揚げと野菜の煮物 ご飯 味噌汁	メンチカツ 焼き豆腐の煮物 しば漬け ご飯 清まし汁	プリの生姜煮 白菜の卵とし 切干大根煮 ご飯 味噌汁	2月14日(水)
朝	ハムエッグ 海苔佃煮 刻み大根漬け ご飯 味噌汁 乳酸飲料	ほぐし鰯の卵とし 切干大根煮 鯛味噌 ご飯 味噌汁 ヨーグルト	高野豆腐の卵とし なめこおろし ふりかけ ご飯 味噌汁 乳酸飲料	2月15日(木)
昼	ホッケの煮付 人参しりしり マカロニサラダ ご飯 味噌汁 デザート	鶏のチリソース煮 舞茸のくるみ和え ほうれん草のお浸し ご飯 清まし汁 デザート	鱈と白菜の煮物 コロック きんぴらごぼう ご飯 味噌汁 デザート	2月16日(金)
夕	豚のにんにく醤油焼き 里芋の味噌煮 金時豆 ご飯 清まし汁	鱈のチリ焼き 豚肉と雪菜の味噌炒め タマゴサラダ ご飯 味噌汁	肉じゃが 茹で卵の甘酢あん 冷奴 ご飯 清まし汁	2月17日(土)
朝	ツナ野菜炒め 卵かけご飯ソース 桜漬 ご飯 味噌汁 ヨーグルト	豚肉と豆腐の旨煮 あみ佃煮 ふりかけ ご飯 味噌汁 乳酸飲料	チーズオムレツ 納豆 海苔佃煮 ご飯 味噌汁 ヨーグルト	2月18日(日)
昼	鶏そぼろあんかけ丼 豚バラと高菜炒め わらびとえのきのお浸し 清まし汁 デザート	秋刀魚の山椒焼き 厚揚げの煮物 えのきオクラの梅和え ご飯 味噌汁 デザート	すき焼き風煮 温泉卵 かぼちゃサラダ 清まし汁 デザート	2月19日(月)
夕	太刀魚の田楽味噌焼き 大根葉の納豆和え かぼちゃの煮物 ご飯 味噌汁	豚の生姜焼き 煮豆の胡麻和え 鮭と小松菜の混ぜご飯 清まし汁 デザート	白身魚のピカタ わらびと桜海老のお浸し 鶏五目豆 ご飯 味噌汁	2月20日(火)
朝	厚揚げ煮 ポイルドウィンナー チーズ ご飯 味噌汁 ヨーグルト	もやしのそぼろあん 味付け海苔 高菜漬け ご飯 味噌汁 乳酸飲料	豚バラと糸こんにの煮物 温泉卵 ふりかけ ご飯 味噌汁 ヨーグルト	2月21日(水)
昼	鶏そぼろあんかけ丼 豚バラと高菜炒め わらびとえのきのお浸し 清まし汁 デザート	秋刀魚の山椒焼き 厚揚げの煮物 えのきオクラの梅和え ご飯 味噌汁 デザート	すき焼き風煮 温泉卵 かぼちゃサラダ 清まし汁 デザート	2月22日(木)
夕	太刀魚の田楽味噌焼き 大根葉の納豆和え かぼちゃの煮物 ご飯 味噌汁	豚の生姜焼き 煮豆の胡麻和え 鮭と小松菜の混ぜご飯 清まし汁 デザート	白身魚のピカタ わらびと桜海老のお浸し 鶏五目豆 ご飯 味噌汁	2月23日(金)
朝	厚揚げ煮 ポイルドウィンナー チーズ ご飯 味噌汁 ヨーグルト	もやしのそぼろあん 味付け海苔 高菜漬け ご飯 味噌汁 乳酸飲料	豚バラと糸こんにの煮物 温泉卵 ふりかけ ご飯 味噌汁 ヨーグルト	2月24日(土)
昼	鶏そぼろあんかけ丼 豚バラと高菜炒め わらびとえのきのお浸し 清まし汁 デザート	秋刀魚の山椒焼き 厚揚げの煮物 えのきオクラの梅和え ご飯 味噌汁 デザート	すき焼き風煮 温泉卵 かぼちゃサラダ 清まし汁 デザート	2月25日(日)
夕	太刀魚の田楽味噌焼き 大根葉の納豆和え かぼちゃの煮物 ご飯 味噌汁	豚の生姜焼き 煮豆の胡麻和え 鮭と小松菜の混ぜご飯 清まし汁 デザート	白身魚のピカタ わらびと桜海老のお浸し 鶏五目豆 ご飯 味噌汁	2月26日(月)
朝	厚揚げ煮 ポイルドウィンナー チーズ ご飯 味噌汁 ヨーグルト	もやしのそぼろあん 味付け海苔 高菜漬け ご飯 味噌汁 乳酸飲料	豚バラと糸こんにの煮物 温泉卵 ふりかけ ご飯 味噌汁 ヨーグルト	2月27日(火)
昼	鶏そぼろあんかけ丼 豚バラと高菜炒め わらびとえのきのお浸し 清まし汁 デザート	秋刀魚の山椒焼き 厚揚げの煮物 えのきオクラの梅和え ご飯 味噌汁 デザート	すき焼き風煮 温泉卵 かぼちゃサラダ 清まし汁 デザート	2月28日(水)
夕	太刀魚の田楽味噌焼き 大根葉の納豆和え かぼちゃの煮物 ご飯 味噌汁	豚の生姜焼き 煮豆の胡麻和え 鮭と小松菜の混ぜご飯 清まし汁 デザート	白身魚のピカタ わらびと桜海老のお浸し 鶏五目豆 ご飯 味噌汁	2月29日(木)

食材の入荷状況等により、献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

バレンタインデー

