

2月 献立表

今月のめあて

感謝して食べよう

月	火	水	木	金
<p>1 五目豆</p>  <p>いわしの丸干し</p> <p>ごはん 実だくさん汁</p> 	<p>2 おからドーナツ</p>  <p>みそマヨネーズ和え</p> <p>けんちんうどん</p> 	<p>3 梅の香り和え</p>  <p>鶏肉のねぎソース</p> <p>ごはん 豆腐のごま汁</p> 	<p>4 まいたけの炒めサラダ</p>  <p>豚肉のガーリック味噌焼き</p> <p>ごはん 青梗菜のスープ</p> 	<p>5 はるか</p>  <p>じゃがいもの味噌そば</p>  <p>ツナごはん 水菜のスープ</p> 
<p>8 じゃがいものソテー</p>  <p>ポークソースマリネ</p> <p>ごはん 大根の味噌汁</p> 	<p>9 春雨サラダ</p>  <p>大根スープ</p> <p>マーボーどんぶり</p>  <p>ごはん わかめ汁</p> 	<p>10 もやしの和えもの</p>  <p>鶏肉の風味揚げ</p> <p>ごはん わかめ汁</p> 	<p>11</p> <p>建国記念の日</p>	<p>12 野菜のごま和え</p>  <p>さばの味噌煮</p> <p>ごはん かきたま汁</p> 
<p>15 大根の炒めもの</p>  <p>鶏肉の野菜チーズ焼き</p> <p>ごはん 小松菜の味噌汁</p> 	<p>16 ポパイサラダ</p>  <p>牛肉のしぐれ煮</p> <p>ごはん 五目汁</p> 	<p>17 オレンジ</p>  <p>切り干し大根のサラダ</p>  <p>春雨のスープ</p> <p>キムチどんぶり</p>  <p>ごはん</p> 	<p>18 レモンドレッシングサラダ</p>  <p>ふわふわたまごスープ</p> <p>ピザトースト</p>  <p>ごはん</p> 	<p>19 豚大根と煮卵</p>  <p>鍋飯</p>  <p>とりごぼう汁</p> 
<p>22 ヨーグルト</p>  <p>キャベツのホットサラダ</p>  <p>カレーライス</p> 	<p>23</p> <p>天皇誕生日</p>	<p>24 ごぼうサラダ</p>  <p>いかフライ</p> <p>ごはん キャベツとわかめの味噌汁</p> 	<p>25 コーンサラダ</p>  <p>ミートローフ</p> <p>ごはん もずくスープ</p> 	<p>26 五目きんぴら</p>  <p>鯖の西京焼き</p> <p>ごはん すまし汁</p> 

