

# 令和3年2月後半 予定献立

14	日	朝	ご飯	ホッケの一夜干し	白菜ときのこの煮びたし	みそ汁	—	
		昼	焼うどん		卵サラダ	澄まし汁	マンゴープリン	
		夕	チキンカレーライス		キャベツとわかめのナムル風	野菜スープ	ヨーグルトゼリー	
15	月	朝	パン	スパニッシュオムレツ	—	クリームスープ	バナナ	
		昼	ご飯	鰯の南蛮漬け	じゃが芋とツナのサラダ	みそ汁(茄子と油揚げ)	ブラマンジェキウイソース	
		夕	ご飯	チキンカツ	小松菜と白菜と油揚げのお浸し	みそ汁	フルーツみるく寒	
16	火	朝	ご飯	信田煮	ふりかけ	みそ汁	牛乳	
		昼	ミートドリア/茹で卵		グリーンサラダ	野菜スープ	ジョア(いちご)	
		夕	ご飯	鯖の若菜蒸し	小松菜のナムル	かき玉汁	ミルクティプリン	
17	水	朝	ご飯	ベーコンエッグ	ふりかけ	みそ汁	—	
		昼	ご飯	四川豆腐	マセドアンサラダ	わかめスープ	牛乳/みかん	
		夕	ご飯	メカジキの焼き肉タレ焼き	チョレギサラダ	みそ汁	なめらか杏仁豆腐	
18	木	朝	パン	ポトフ	—	—	牛乳/バナナ	
		昼	ご飯	鯖のたらマヨ焼き	千切野菜の胡麻味噌和え	みそ汁(大根とエノキ)	ミックスフルーツプリン	
		夕	ご飯	豚バラともやしのカレー中華煮	大豆のドレッシングサラダ	野菜スープ	バナナバロア	
19	金	朝	ご飯	鯖の文化干し	(切り干し大根の炒め煮)	みそ汁	—	
		昼	ご飯	鶏のから揚げ	コールスローサラダ	みそ汁	みるく寒いちごソース	
		夕	ご飯	冬野菜とミートボールのシチュー	牛蒡サラダ	—	アセロラゼリー	
20	土	朝	パンセット(たこ焼きパン・クリームパン・牛乳・バナナ)					
		昼	スパゲッティナポリタン		キャベツとひじきのコールスローサラダ	野菜スープ	ブラマンジェブルーベリーソース	
		夕	ご飯	鮭の西京焼き	白菜のクリーム煮	みそ汁	バニラミルクプリン	
21	日	朝	ご飯	豚肉と豆腐のピリ辛炒め	人参しりしり	みそ汁	—	
		昼	ハヤシライス		ツナサラダ	野菜スープ	ミルクプリン黄桃ソース	
		夕	ご飯	白身魚のピザ風焼き	小松菜とじゃこのサラダ	肉団子スープ	メープルプリン	
22	月	朝	バタートースト	茹で卵	—	トマトスープ	ジョア	
		昼	ご飯	鱈フライ	大根と梅のさっぱり和え	みそ汁(白菜・しめじ)	カラメルプリン	
		夕	ご飯	メンチカツ	小松菜としめじのおろし和え	みそ汁	ブラマンジェ黄桃ソース	
23	火	朝	ご飯	納豆	信田煮	みそ汁	—	
		昼	あんかけチャーハン		焼売	わかめスープ	カップヨーグルト	
		夕	ご飯	鮭のマヨネーズ焼き	青菜のおろし和え	かき玉汁	ココナッツミルクプリン	
24	水	朝	ご飯	青菜と春雨の炒め物	かみかみふりかけ	みそ汁	—	
		昼	鶏肉とほうれん草のスパゲッティ		コールスローサラダ	野菜スープ	揚げパン(ココア)	
		夕	α米(防災食)	から揚げ(準防災食)	小松菜とコーンのサラダ	豚汁(防災食)	クラッカー(防災食)	
25	木	朝	パン	青菜のキッシュ	—	トマトスープ	ジョア(ブルーベリー)	
		昼	ハヤシライス		水菜ときのこのサラダ	野菜スープ	牛乳/いちご	
		夕	ご飯	肉野菜炒め	大根と梅のさっぱり和え	豚汁	黄桃入りミルクプリン	
26	金	朝	ご飯	春雨とひき肉の炒め物	ふりかけ	みそ汁	牛乳	
		昼	ひじきご飯	鮭の幽庵焼き	小松菜とコーンのサラダ	けんちん汁	小豆みるく寒	
		夕	ご飯	鶏肉のチリソース	キャベツともやしの中華風和え物	みそ汁	バニラミルクプリン	
27	土	朝	フレンチトースト	ウインナーソテー	—	カフェオレ	バナナ	
		昼	広東丼		揚げ餃子	ピリ辛もやしスープ	さっぱり杏仁豆腐	
		夕	雑穀ご飯	鯖の揚げおろし煮	ミモザサラダ	みそ汁	ミルクプリン黒糖ソース	
28	日	朝	ご飯	アジの干物	白菜としめじの煮びたし	みそ汁	—	
		昼	チキンドリア		グリーンサラダ	野菜スープ	カップヨーグルト	
		夕	ご飯	麻婆豆腐	パンプキンサラダ	わかめスープ	チョコプリン	

※献立は、食材等の都合により、変更する場合があります。