

2月 献立表 美空の郷

| 日(月) | 日(火) | 日(水) | 日(木) | 日(金) | 1日(土) |
|------|------|------|------|------|---------|
| | | | | | さばの塩焼き |
| | | | | | 根菜の糸昆布煮 |
| | | | | | 白菜の胡麻和え |
| | | | | | スープ |
| | | | | | ご飯 |
| | | | | | フルーツ |
| | | | | | 紅茶ゼリー |

| 3日(月) | 4日(火) | 5日(水) | 6日(木) | 7日(金) | 8日(土) |
|------------|------------|-----------|-------------|-----------|-------------|
| いわしのつみれ汁 | 豚肉の味噌焼き | おでん | 白身魚のきのこあんかけ | 豚肉の生姜焼き | 鶏肉のトマトソースがけ |
| 大豆入りひじき煮付け | サツマイモの甘煮 | キャベツのスープ煮 | 卵の花 | 里芋の煮っこがし | ブロッコリーサラダ |
| おろしなめたけ | 青菜と厚揚げの煮浸し | 長芋のわさび醤油 | 酢の物 | インゲンの胡麻和え | ふろふき大根 |
| ポテトサラダ | みそ汁 | すまし汁 | スープ | みそ汁 | みそ汁 |
| ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 |
| フルーツ | フルーツ | フルーツ | フルーツ | フルーツ | フルーツ |
| ロールケーキ | フルーツゼリー | プリン | フルーツゼリー | 和菓子 | ワッフル |

2月 献立表 美空の郷

| 10日(月) | 11日(火) | 12日(水) | 13日(木) | 14日(金) | 15日(土) |
|---------|----------|---------|------------|------------|------------|
| 親子丼 | 白身魚のあんかけ | コロッケ | カニカマ天津 | さわら照り焼き | 鶏肉の白菜煮 |
| かくふの煮物 | 肉じゃが | ぜんまいの煮物 | シュウマイ | 大根と豚バラの煮付け | 人参とゴボウの卵炒め |
| 青菜のおひたし | キンピラごぼう | スパサラ | もやしと人参のナムル | ポテトサラダ | 青菜の胡麻和え |
| みそ汁 | スープ | みそ汁 | スープ | スープ | みそ汁 |
| ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 |
| フルーツ | フルーツ | フルーツ | フルーツ | フルーツ | フルーツ |
| コーヒーゼリー | マフィン | ヨーグルト | フルーツゼリー | ドーナツ | フルーツゼリー |

| 17日(月) | 18日(火) | 19日(水) | 20日(木) | 21日(金) | 22日(土) |
|-------------|------------|------------------|------------|--------------|------------|
| 豆腐のポン酢おろし | 鱈フライ | カニ豆腐 | 肉団子 | 煮込みハンバーグ | 白身魚の野菜あんかけ |
| サツマイモの甘煮 | ハンパイと大根の煮物 | キャベツのツナマヨ | ちくわと厚揚げの煮付 | 切り干し大根サラダ | 里芋の煮物 |
| インゲンの生姜醤油和え | 白菜のゆかり和え | じゃが芋とウィンナーのソース炒め | 青菜のおひたし | ブロッコリーのおかか和え | 金時豆の甘煮 |
| すまし汁 | みそ汁 | みそ汁 | スープ | みそ汁 | みそ汁 |
| ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 | ご飯 |
| フルーツ | フルーツ | フルーツ | フルーツ | フルーツ | フルーツ |
| プリン | ようかん | ミルクプリン | 和菓子 | フルーツゼリー | 杏仁豆腐 |

