



2月 1日(月) 845kcal	2月 2日(火) 881kcal	2月 3日(水) 886kcal	2月 4日(木) 830kcal	2月 5日(金) 820kcal
ごはん ①鶏肉の葱塩焼き ②キャベツのツナ和え ③ハムカツ ④さつまいものレモン煮 汁 すまし汁(かにかま・えのき)	ごはん ①酢豚 ②春巻き ③ちんげん菜の中華風お浸し ④人参のごま和え 汁 中華風コーンスープ	ごはん ①さばの生姜煮 ②のり塩ポテト ③ほうれん草の和え物 ④パプリカのじゃこ炒め 汁 けんちん汁	ごはん ①豚肉と野菜のうま煮 ②キャベツの梅おかか和え ③厚揚げと青菜のチャンプルー ④人参のきんぴら 汁 ごぼうのコンソメスープ	ごはん ①チキンソテー 焼き鶏風 ②ミニ野菜コロッケ ③ツナと小松菜の和え物 ④昆布豆 汁 すまし汁(ちくわ・みつば)
2月 8日(月)	2月 9日(火) 828kcal	2月 10日(水) 849kcal	2月 11日(木)	2月 12日(金) 831kcal
(代休)	ごはん ①鶏の唐揚げ チリソース風 ②錦糸和え ③ジャンボしゅうまい ④ピリ辛こんにゃく 汁 大根とひき肉の中華スープ	ごはん ①肉じゃが ②かき揚げ ③切り干し大根の炒め煮 ④ほうれん草のごま和え 汁 みそ汁(大根・さつま揚げ)	(建国記念の日)	ごはん ①豚肉のオイスター炒め ②揚げだしなすのみぞれかけ ③青梗菜とえのきの和え物 ④さつまいもと大豆の甘辛揚げ 汁 みそ汁(里芋・ほうれん草)
2月 15日(月) 674kcal	2月 16日(火) 730kcal	2月 17日(水) 695kcal	2月 18日(木) 713kcal	2月 19日(金) 693kcal
ごはん ①ポークチャップ ②キャベツのツナ和え ③キャベツメンチカツ ④パプリカときのこのソテー 汁 小松菜のベーコンのスープ	ごはん ①鶏肉と大根の煮物 ②だしまきたまご ③里芋のそぼろあんかけ ④人参しゅうまい 汁 すまし汁(豆腐・わかめ)	ごはん ①厚揚げのオイスター炒め ②竹輪の紅しょうが天 ③ごぼうのきんぴら ④いんげんのごま和え 汁 千切り野菜スープ	ごはん ①豚肉の生姜炒め ②小松菜のおかか和え ③ジャーマンポテト ④五目豆 汁 みそ汁(大根・しめじ)	チキンカレー 冷菜 野菜サラダ デザート コーヒーゼリー
2月 22日(月) 822kcal	2月 23日(火)	2月 24日(水) 873kcal	2月 25日(木) 873kcal	2月 26日(金) 830kcal
ごはん ①すき焼き風煮物 ②里芋のえび包み揚げ ③青梗菜のお浸し ④かぼちゃのガーリックじゃこ和え 汁 みそ汁(わかめ・油揚げ)	(天皇誕生日)	ごはん ①鶏肉とこんにゃくの味噌煮 ②キャベツのごま和え ③油揚げときのこの卵とじ ④ミニ白身魚フライ 汁 すまし汁(花麩・舞茸)	ごはん ①豚肉とキャベツのオイマヨ炒め ②中華和え ③餃子 ④スマイルポテト 汁 たけのこのスープ	ごはん ①鰯のねぎ味噌マヨ焼き ②切り干し大根煮 ③ミニ焼きそば ④青菜のごまひじき和え 汁 すまし汁(豆腐・みつば)

※都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。