2月25日(月)～3月10日(日)の献立表

	2月25日（月）	2月26日（火）	2月27日（水）	2月28日（木）	3月1日（金）	3月2日（土）	3月3日（日）
朝食	ご飯 味噌汁 （白菜、油麩） 卵の花炒め煮 小松菜のおひたし ふりかけ 牛乳	ご飯 味噌汁 （キャベツ、エノキ） 大根のそぼろ煮 納豆 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 （なめこ、豆腐、三つ葉） 白菜の煮浸し さつまいものレモン煮 紫蘇昆布 牛乳	ご飯 味噌汁 （豆腐、小松菜） ひじきの五色煮 とろろ芋 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 （わかめ、豆腐） 繊切り野菜のソテー 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 （ジャガ芋、油揚げ） 豆モヤシの煮物 おろしのなめこかけ イカ塩辛 牛乳	ご飯 味噌汁 （豆腐、小松菜） 切り干し大根の煮付け 納豆 漬け物
昼食	ご飯 わかめスープ チンジャオロースウ クラゲの中華風和え 漬け物（ザーサイ） 果物（はるみ）	ご飯 なめこ豚汁 たらの揚げ煮 鮭のフライ カブとひき肉の吉野煮 白菜の昆布茶漬け 果物（オレンジ）	焼きそば 味噌汁 （ジャガ芋、油揚げ） 和風サラダ いか大根 果物（グレープフルーツ）	ご飯 うすくず汁 鯖の味噌煮 きんぴらゴボウ お浸し 果物（オレンジ） 果物(キュウイフルーツ)	ご飯 味噌汁 （じゃがいも、小松菜） チキンのきのこソース マカロニサラダ 漬け物（たくあん） 果物（グレープフルーツ）	ご飯 酒粕汁 ほっけ焼き 豆腐の田楽 白菜のゆかり漬け 果物（オレンジ）	菓子パン ツナのサンドイッチ ミネストローネスープ スクランブルエッグ サラダ（人参ソース） 果物（グレープフルーツ） 牛乳
夕食	ご飯 味噌汁 （じゃがいも、小松菜） 赤魚の煮付け 焼きビーフン 漬け物	ご飯 味噌汁 （わかめ、大根） 里芋の南蛮煮 小松菜のおひたし 漬け物	ご飯 味噌汁 （卵、玉葱） 刺身 おでん風煮物 漬け物	ご飯 味噌汁 （キャベツ、えのき） 牛肉の牡蠣油炒め カボチャの甘煮 漬け物	ご飯 味噌汁 （キャベツ、エノキ） ぶり大根の炊き合わせ レンコンの炒めなます 漬け物	ご飯 味噌汁 （わかめ、エノキダケ） 豚の味噌煮 もずく酢 漬け物	ご飯 味噌汁 （ジャガイモ・わかめ） 秋刀魚のみりん焼き 高野豆腐の含め煮 甘酒

	3月4日（月）	3月5日（火）	3月6日（水）	3月7日（木）	3月8日（金）	3月9日（土）	3月10日（日）
朝食	ご飯 味噌汁 （白菜、油麩） 炒り豆腐 おろしのエノキかけ 子持ちめかぶ 牛乳	ご飯 味噌汁 （キャベツ、油揚げ） ほうれん草のバター炒め 温泉卵 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 （キャベツ、エノキ） 五目煮 納豆 漬け物 牛乳	ご飯 味噌汁 （キャベツ、エノキ） 蓮根と糸こんの金平 おろし和え 筋子 牛乳	ご飯 味噌汁 （小松菜、えのきだけ） 油麩の煮物 とろろ芋 味付きにんにく 牛乳	ご飯 味噌汁 （ジャガ芋、油揚げ） たらこ炒り 煮浸し 卵焼き 牛乳	ご飯 味噌汁 （卵、玉葱） 切り昆布の煮しめ 納豆 漬け物 牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 （なめこ、豆腐、三つ葉） 天ぷら 大根の含め煮 青のりの酢の物 果物（オレンジ） 果物(キュウイフルーツ)	ご飯 味噌汁 （わかめ、豆腐） チキンのトマト煮 五色サラダ 即席漬け 金柑の甘煮	ご飯 海老となめこのスープ かじき鮪の甘露煮 ひじき煮 白菜の即席漬け 果物（オレンジ）	ご飯 味噌汁 （なめこ、豆腐、三つ葉） ハンバーグ マッシュポテト添え スパゲテイサラダ 漬け物（たくあん） 果物（グレープフルーツ）	ご飯 味噌汁 （ジャガ芋、油揚げ） おでん 金平サラダ レバーの佃煮 果物（オレンジ）	カレーライス わかめスープ サラダ ミルクゼリーと果物	卵のサンドイッチ アンパン クリームシチュー 白身魚のムニエル サラダ（人参ソース） 果物（グレープフルーツ） 牛乳
夕食	ご飯 味噌汁 （わかめ、エノキダケ） 牛肉じゃが ほうれん草のゴマ和え 漬け物	ご飯 味噌汁 （じゃがいも、小松菜） 鰆の西京焼き 里芋の煮しめ 漬け物	ご飯 味噌汁 （ジャガ芋、油揚げ） 豚肉の煮込み 小松菜のおひたし 漬け物	ご飯 味噌汁 （ジャガイモ・わかめ） カレイの生姜煮 春雨炒め 漬け物	ご飯 味噌汁 （わかめ、豆腐） 豚肉の生姜焼き 酢の物（胡瓜、わかめ） 漬け物	ご飯 味噌汁 （キャベツ、エノキ） ツボ鯛の塩焼き 白和え 漬け物	ご飯 味噌汁 （わかめ、豆腐） 牛ひき肉の柳川風 小松菜のおひたし 漬け物