



# 週間献立表

|     | 2月25日   | 2月26日  | 2月27日   | 2月28日   | 2月29日   | 3月1日  | 3月2日  |
|-----|---|--|---|---|---|---|---|
| 朝食  | ご飯(80g)<br>味噌汁<br>さつま揚げの生姜炒め<br>辛子和え<br>ふりかけ(たらこ)       | ご飯(80g)<br>味噌汁<br>はんぺんの白煮<br>小松菜と竹輪の和え物<br>ふりかけ(ご飯の友)      | ご飯(80g)<br>味噌汁<br>冬瓜のそぼろ煮<br>くるみ和え<br>ふりかけ(たまご)       | ご飯(80g)<br>味噌汁<br>ミートボールの照り煮<br>いんげんのごまよごし<br>ふりかけ(おかか) | ご飯(80g)<br>味噌汁<br>大根のツナ煮<br>杓苧のお浸し<br>たいみそ              | ご飯(80g)<br>味噌汁<br>じゃがいものかか煮<br>金山寺和え<br>ふりかけ(たらこ) | ご飯(80g)<br>味噌汁<br>南瓜の昆布煮<br>梅肉和え<br>ふりかけ(鮭)       |
| 昼食  | ご飯(80g)<br>魚の梅照り焼き<br>サツマイモのバター醤油<br>洋ナシ缶<br>すまし汁(卵とうふ) | ご飯(80g)<br>鶏肉のハニーマスタードソース<br>キャベツのサラダ<br>白桃缶<br>きのこコンソメスープ | ご飯(80g)<br>白身魚のフライ<br>海藻サラダ<br>バナナ<br>味噌汁(揚げ)         | おにぎり<br>タイピーエン<br>焼売<br>やわらか杏仁豆腐                        | ご飯(80g)<br>魚のトマト煮<br>マカロニサラダ<br>キウイ<br>コンソメスープ          | ちらし寿司<br>さつまいも<br>菜の花のサラダ<br>ワインゼリー<br>すまし汁       | ご飯(80g)<br>魚のごま味噌煮<br>ピーマンとしらすの和え物<br>バナナ<br>すまし汁 |
| おやつ | 牛乳<br>しっとり饅頭  | 牛乳<br>レーズン蒸しパン   | 牛乳<br>黒糖ゼリー   | 牛乳<br>抹茶ワッフル  | 牛乳<br>金時豆   | 牛乳<br>さくらミルクプリン                                   | 牛乳<br>プチヨーヨーケーキ                                   |
| 夕食  | ご飯(80g)<br>牛肉とパプリカの甘辛炒め<br>白菜と卵のポン酢和え<br>みかん<br>すまし汁    | ご飯(80g)<br>千草焼き<br>杓苧のなめたけ<br>マスカット<br>豚汁                  | ご飯(80g)<br>ぶたの甘辛つくね<br>大根のえびあんかけ<br>黄桃缶<br>すまし汁(そうめん) | ご飯(80g)<br>煮魚<br>蟹とワケメの酢の物<br>りんご<br>呉汁                 | ご飯(80g)<br>鶏肉のきのこあんかけ<br>ゆかり和え<br>フルーツカクテル<br>すまし汁(魚めん) | ご飯(80g)<br>マーボー豆腐<br>中華風酢の物<br>みかん<br>わかめスープ      | ご飯(80g)<br>牛肉と里芋の煮物<br>和風サラダ<br>洋ナシ缶<br>かき玉汁      |

