




週間献立表

	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日	2月22日	2月23日	2月24日
朝食	ご飯(80g) 味噌汁 ウインナーのソテー ピーナツバター和え ふりかけ(たらこ)	ご飯(80g) 味噌汁 不の卵とし なめ茸和え ふりかけ(たまご)	ご飯(80g) 味噌汁 ツナと茄子の炒め物 おかか和え ふりかけ(ご飯の友)	ご飯(80g) 味噌汁 ピーマンと竹輪の炒め煮 ゴマドレ和え 梅びしお	ご飯(80g) 味噌汁 青梗菜の菜焼き 納豆	ご飯(80g) 味噌汁 厚揚げの生姜炒め 梅しらす和え ふりかけ(鮭)	ご飯(80g) 味噌汁 大豆ボールの煮物 青梗菜のお浸し ふりかけ(ご飯の友)
昼食	ご飯(80g) 豚肉のオyster炒め ナムル 洋ナシ缶 中華スープ	ご飯(80g) 魚の梅煮 磯和え キウイ すまし汁(里芋)	ロールパン  ビーフシチュー スナップエンドウのサラダ ぶどうゼリー コンソメスープ	ご飯(80g) 魚の黄金焼き ピーナツ和え みかん すまし汁(オクラ)	ご飯(80g) 焼肉風 中華和え やわらか杏仁豆腐 中華スープ	ご飯(80g) 魚の揚げ醤油煮 春雨の酢の物 みかん すまし汁(かまぼこ)	豚丼 味噌マヨ和え いちごゼリー 赤だし(なめこ)
おやつ	牛乳 今川焼き 	牛乳 豆乳プリン	牛乳 どらやき	牛乳 クリームコンフェ	牛乳 おしるこ 	牛乳 フルーチェ	牛乳 黒糖蒸しパン 
夕食	ご飯(80g) もろみ焼き ブロッコリーのドレッシング和え バナナ すまし汁(大根)	ご飯(80g) 鶏の塩麴焼き 南瓜のサラダ 白桃缶 呉汁	ご飯(80g) 魚のごまみりん焼き 菜の花酢味噌和え バナナ すまし汁(花麴)	ご飯(80g) 豚肉と根菜の炒め煮 ごま和え フルーツカクテル すまし汁	ご飯(80g) 魚のカレーズ パン粉焼き ツナサラダ 黄桃缶 トマトスープ	ご飯(80g) 鶏の味噌漬け焼き かぶのそぼろ煮 バナナ すまし汁(卵とうふ)	ご飯(80g) 魚の生姜煮 塩昆布和え りんご すまし汁(そうめん)

