

〇〇 令和7年 2月 献立表 〇〇 【サレバ7常食】

					1(土)	2(日)				
朝					スナックパン(さつまいも) 牛乳 スクランブルエッグ	おじや(生糸) 味噌汁(さつまいも) なすのオリーブ炒め ジョア(ストロベリー)				
昼					米飯(米50) 魚の竜田揚げ ごま和え(白菜) かきたま汁 バナナ(1/2)	木の葉丼 切り干し大根とオクラのサ 鶏レバーの味噌煮 みそ汁(かぼちゃと油揚げ)				
昼					お菓子	雪の宿				
夕					米飯(米50) だし巻き卵と野菜の煮物 金平ごぼう みそ汁(青菜) たかな漬	米飯(米50) ムニエル(さけ) ナムル コンソープ フルーツ(みかん缶)				
3(月)					4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)	9(日)
朝	米飯(米50) みそ汁(玉葱) 炒り卵とピーマンのソテー ヨーグルト	薄皮ミニ(白あん) 牛乳 野菜とベーコンのソテー	米飯(米50) みそ汁(玉葱) ほうれん草の煮浸し ヤクルト	薄皮ミニ(クリーム) 牛乳 切り干し大根のイタリアン	米飯(米50) 味噌汁(厚揚げ・小松菜) カレーソテー ジョア(ストロベリー)	チョコチップスナックパン 牛乳 切り干し大根のソテー	おじや(鮭フレーク) 味噌汁(さつまいも) 白菜の煮浸し ヨーグルト			
昼	巻き寿司(芯) いわしのかつお煮 五目大豆煮 フルーツ(いちご) けんちん汁	米飯(米50) 鶏じゃが キャベツのサラダ みそ汁(豆腐と小松菜) フルーツ(リンゴ)	炊き込みご飯 魚の西京焼き おろし和え(炒り卵) 味噌汁(さつまいも) フルーツ(もも缶)	米飯(米50) 煮豚 カニかまのサラダ みそ汁(茄子) フルーツ(キウイ)	米飯(米50) ミートローフ 春菊のごまあえ コンソメスープ バナナ(1/2)	米飯(米50) 炊き合わせ マカロニサラダ 茶碗蒸し フルーツ(パイナップル)	米飯(米50) 豚肉のしほ焼き ワケ'菜と厚揚げの中華和え みそ汁(かぼちゃと油揚げ) バナナ(1/2)			
昼	甘納豆(2袋)	さつまいも蒸しパン	レモンケーキ	プリン	こしあんおはぎ	ミニたい焼き	カスタードケーキ			
夕	米飯(米50) 親子煮 和風サラダ みそ汁(豆腐と鮭) たくあん漬	米飯(米50) 豆腐のそぼろあんかけ エドと胡瓜の酢のもの みそ汁(大根) 白菜のかつお和え	米飯(米50) 豚肉の中華風煮込み ポテトサラダ みそ汁(白菜) 漬物(きゅうり漬)	米飯(米50) 松風焼き パンサンサー みそ汁(大根) フルーツ(パイナップル)	米飯(米50) タラのピカタ しらあえ 味噌汁(しめじ) しば漬	米飯(米50) 若鶏のクリーム煮 胡瓜ともやし中華風和え 煮炊 フルーツ(キウイ)	米飯(米50) すき焼き風煮 切り干し大根のサラダ みそ汁(じゃがいも) フルーツ(もも缶)			
10(月)					11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	16(日)
朝	米飯(米50) みそ汁(豆腐と鮭) スクランブルエッグ ジョア(ストロベリー)	薄皮ミニ(あんパン) 牛乳 玉葱とソーセージのソテー	米飯(米50) みそ汁(豆腐となめこ) 納揚げと小松菜の煮物 ジョア(ストロベリー)	米飯(米50) 牛乳 白菜のソテー	米飯(米50) みそ汁(じゃがいも) 大豆サラダ ヨーグルト	スナックパン(さつまいも) 牛乳 炒り卵とピーマンのソテー ヨーグルト	おじや(鮭フレーク) 切り干し大根のイタリアン みそ汁(じゃがいも) ヨーグルト			
昼	えびピラフ メンチカツ かぶのユスリ和え コンソメスープ フルーツ(キウイ)	米飯(米50) 魚の味噌煮 春菊のごまあえ みそ汁(もやし) フルーツ(みかん缶)	いもご飯 かき揚げ オクラとえびのしょうが酢 かきたま汁 フルーツ(もも缶)	飯らし寿司 菜の花のからし和え 金時豆の甘煮 みそ汁(豆腐と鮭) フルーツ(みかん缶)	若菜ごはん 味噌ラーメン 餃子 チキンサラダ バナナ(1/2)	米飯(米50) 豚肉の甘酢炒め 南瓜のそぼろ煮 みそ汁(豆腐と小松菜) リンゴ缶	米飯(米50) えびと豆腐のうま煮 キャベツのサラダ 味噌汁(さつまいも) バナナ(1/2)			
昼	栗ぜんざい(餅無し)	味噌まんじゅう	シルベーズ	グレープゼリー	ショコラプチケーキ	ミニどら焼き	バナナカステラ			
夕	米飯(米50) 魚の塩焼き(さば) 山芋の酢の物 みそ汁(白菜) たかな漬	生巻ごはん 鶏つくねの照り煮 ナムル みそ汁(大根) バナナ(1/2)	ハッシュドビーフ ポテトサラダ フルーツ(リンゴ) 福神漬	米飯(米50) 豚バラ大根 ツナ酢の物 みそ汁(玉葱) たくあん漬	米飯(米50) なすと厚揚げのみそ炒め オクラとえびのしょうが酢 味噌汁(さつまいも) フルーツ(みかん缶)	オムライス キャベツのサラダ コンソメスープ 福神漬	米飯(米50) 魚の照り焼き しらあえ みそ汁(かぼちゃと油揚げ) 野沢菜漬			
17(月)					18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	23(日)
朝	米飯(米50) 白菜のクリーム煮 みそ汁(もやし) ヤクルト	スティックパン(アレーン) 牛乳 ひじきのサラダ	米飯(米50) 玉葱とソーセージのソテー みそ汁(もやし) ヨーグルト	薄皮ミニ(クリーム) 牛乳 小松菜の炒め煮	米飯(米50) ハンブキンサラダ(朝食用) みそ汁(豆腐と鮭) ジョア(ストロベリー)	チョコチップスナックパン 牛乳 オムレツ(朝食用)	おじや(鮭フレーク) ポークビーンズ みそ汁(玉葱) ヨーグルト			
昼	いもご飯 魚の生巻煮 春菊のごまあえ みそ汁(玉葱) フルーツ(みかん缶)	米飯(米50) 鶏肉の南蛮漬け 豆腐の田楽 みそ汁(大根) フルーツ(リンゴ)	米飯(米50) かぼちゃコロッケ ごまドレッシングサラダ クラムチャウダー 漬物(きゅうり漬)	米飯(米50) ムニエル(たちお) 菜の花のごま和え クラムチャウダー フルーツ(あまなつ缶)	カレーライス フロコリーのサラダ 福神漬 フルーツ(もも缶)	米飯(米50) おでん はとピーの味噌炒め ごま和え(白菜) たくあん漬	米飯(米50) あじフライ ポテトサラダ みそ汁(大根) フルーツ(キウイ)			
昼	マンゴープリン	ミニルマンド	ミニ今川焼き	プリン	ふかし芋	お菓子	福神ゼリー			
夕	米飯(米50) カニ卵風 チキンサラダ みそ汁(豆腐と鮭) つば漬	中華丼 揚げ'菜と厚揚げの中華和え みそ汁(茄子) フルーツ(もも缶)	米飯(米50) 筑前煮 キャベツのごま酢和え みそ汁(大根) しば漬	米飯(米50) 豚肉のおろし煮 五色和え みそ汁(白菜) フルーツ(キウイ)	米飯(米50) 鶏肉の治部煮風 切り干し大根とオクラのサ けんちん汁	米飯(米50) ミートローフ 菜の花のからし和え かぼちゃのポタージュ きゅうり漬	木の葉丼 しらあえ かきたま汁 フルーツ(みかん缶)			
24(月)					25(火)	26(水)	27(木)	28(金)		
朝	米飯(米50) 小松菜の煮浸し みそ汁(豆腐と鮭) ヤクルト	薄皮ミニ(チョコ) 牛乳 ソーセージのソテー	米飯(米50) ピーナッツ和え みそ汁(豆腐と小松菜) ジョア(ストロベリー)	チョコチップスナックパン 牛乳 ポトフ風	米飯(米50) みそ汁(白菜) 小松菜の煮浸し ヤクルト					
昼	米飯(米50) はたてのクリームシチュー 春菊のごまあえ 鶏レバーの味噌煮 フルーツ(リンゴ)	米飯(米50) 煮込みハンバーグ チキンサラダ コンソープ フルーツ(キウイ)	ゆかりごはん 月見うどん シーチキンサラダ 鶏レバーの味噌煮 バナナ(1/2)	米飯(米50) えびフライ カニかまのサラダ 味噌汁(しめじ) フルーツ(あまなつ缶)	いなり寿司 菜の花のごま和え 鶏レバーの味噌煮 茶碗蒸し					
昼	小豆蒸しパン	ミニルマンド	ムースエクレア	コロコロあんドーナツ	ひとくちまんじゅう					
夕	米飯(米50) 茄子麻婆豆腐 中華サラダ みそ汁(豆腐となめこ) しば漬	米飯(米50) シューマイのあんかけ 揚げ'菜とまぐろの和え 味噌汁(厚揚げ・小松菜) たくあん漬	米飯(米50) オムレツ ほうれん草の揚げ'菜と和え 青菜ときのこの中華スープ フルーツ(パイナップル)	米飯(米50) いり豆腐 切干大根とオクラのサラダ みそ汁(豆腐と鮭) フルーツ(リンゴ)	米飯(米50) ミートボールの甘辛煮 ツナ酢の物 フルーツ(みかん缶)					