

# 献立表



	2月1日(日)	2月2日(月)	2月3日(火)	2月4日(水)	2月5日(木)	2月6日(金)	2月7日(土)
朝食	青菜粥 肉団子 インゲンの湯葉和え 味噌汁 	ごはん 出し巻き玉子 春菊のきのこ和え 味噌汁	イエローロール スパゲティサラダ フルーツ オレンジジュース	ごはん 茄子の煮浸し しろ菜の和え物 味噌汁 	玉子粥 里芋のそばろ煮 青菜の紅エビ和え 味噌汁	黒糖ツイスト ポテトサラダ フルーツ 牛乳	ごはん 豆の佃煮 チンゲン菜の胡麻和え 味噌汁 
昼食	ごはん クリームシチュー ブロッコリーサラダ デザート	ごはん トンカツ 厚揚げ煮 ピーマンのおかか和え スープ 	節分献立 ちらし寿司 菊菜のゆず和え 鬼除け汁	ぶりかけごはん 味噌ラーメン オクラの中華和え	ごはん 鶏肉のから揚げ ひじき煮 レンコンの甘酢和え 味噌汁	木の葉丼 菊菜の生姜和え 清汁 	ごはん 白身魚フライ ピーマンのソテー キャベツのコーン和え スープ
夕食	ごはん 豆腐の五目あんかけ 春雨炒め 小松菜の青じそ風味 味噌汁 	ごはん たらの野菜蒸し じゃが芋の煮物 青菜のお浸し 味噌汁	ごはん ふくさ卵 切干大根煮 菜の花のドレ和え 味噌汁	ごはん 豚肉のすき煮 金時豆佃煮 小松菜の梅肉和え 味噌汁 	ごはん あじの幽庵焼き 高野の煮物 チンゲン菜の辛子和え 味噌汁	ごはん ハンバーグ 大根の和風あんかけ ビーフンサラダ 味噌汁	ごはん 筑前煮 もやしの玉子炒め 菜の花の和え物 味噌汁 

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。



2026年 2月

# 献立表



	2月8日(日)	2月9日(月)	2月10日(火)	2月11日(水)	2月12日(木)	2月13日(金)	2月14日(土)
朝食	粥(塩昆布) 茄子の煮浸し 加万ワ-のカニカマ和え 味噌汁 	ごはん ひじき煮 春菊の和え物 味噌汁	丸ロール ほうれん草のソテー フルーツ オレンジジュース	ごはん 里芋煮 チンゲン菜の紅エビ和え 味噌汁 	青菜粥 出し巻き玉子 しろ菜のコーン和え 味噌汁	ショコラツイスト ボイルウィンナー フルーツ 牛乳	ごはん 金平れんこん チンゲン菜の和え物 味噌汁 
昼食	ハヤシライス マカロニサラダ ゼリー	ごはん 肉団子の胡麻味噌煮 ビーフソテー 小松菜のわさび和え 清汁 	ごはん 鶏の照り焼き がんも炊き合わせ もやしの青じそ風味 味噌汁	そぼろとじ丼 ピーマンの辛子和え 味噌汁	ごはん かれいの南蛮漬け 小松菜の炒め物 大根サラダ 味噌汁	ごはん 豚肉の柳川煮 ちくわ磯辺炒め インゲンの和え物 味噌汁 	ふりかけごはん きつねうどん ほうれん草のお浸し
夕食	ごはん さばの塩焼き 厚揚げそぼろ炒め インゲンのマヨネーズ和え 味噌汁 	ごはん 豚肉のチャンプル風 スナップエンドウの煮浸し 大根のおかか和え スープ	ごはん たららの煮付け 平天の甘辛炒め 春雨のドレッシング和え 味噌汁	ごはん 豚の焼肉炒め 高野煮 ブロccoliの和風サラダ 清汁 	ごはん 肉豆腐 スパソテー 菜の花のゆず和え 味噌汁	ごはん 鶏のパン粉焼き 南瓜煮 青菜のドレ和え 味噌汁	ごはん かに玉 ピーマンとツナの炒め物 カリフラワーのポン酢和え 味噌汁 

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

献立表



	2月15日(日)	2月16日(月)	2月17日(火)	2月18日(水)	2月19日(木)	2月20日(金)	2月21日(土)
朝食	玉子粥 茄子の煮浸し 大根のおかか和え 味噌汁 	ごはん 里芋煮 ほうれん草の青じそ風味 味噌汁	イエローロール コールスローサラダ フルーツ リンゴジュース	ごはん ひじき煮 しろなの和え物 味噌汁 	青菜粥 豆の佃煮 ブロッコリーの生姜和え 味噌汁	ストロベリーツイスト アスパラのソテー フルーツ 牛乳	ごはん マカロニサラダ 小松菜のカニカマ和え 味噌汁 
昼食	ごはん アジフライ ごぼう炒り煮 しろ菜のなめたけ和え 清汁	カレーライス ゼリー 漬物 	豚丼 小松菜のお浸し 味噌汁	ごはん 和風てりやきハンバーグ 春雨炒め チンゲン菜の中華和え スープ	ごはん 鶏の紅生姜天ぷら もやしの炒め物 オクラの湯葉和え 味噌汁	ごはん そぼろ肉じゃが こんにゃく炒め煮 スナップエンドウのサラダ 味噌汁 	ふりかけごはん しっぽうどん 青菜のお浸し
夕食	ごはん 鶏の中華風照り焼き シューマイ オクラの塩昆布和え スープ 	ごはん 豆腐の肉味噌あんかけ ピーマンの甘辛炒め ビーフンサラダ 清汁	ごはん たらふくニエル カリフラワーのコンソメ煮 インゲンのドレッシング和え スープ	ごはん ふくさ卵 大根の柚子あんかけ 菜の花の白みそ和え 清汁 	ごはん 豚肉のオイスターソース炒め 厚揚げの煮物 レンコンの甘酢和え 味噌汁	ごはん カレイのマヨネーズ焼き 南瓜煮 春菊の紅えび和え 味噌汁	ごはん 鶏肉の山椒焼き 切干大根煮 菜の花の和え物 味噌汁 

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。

# 献立表



	2月22日(日)	2月23日(月)	2月24日(火)	2月25日(水)	2月26日(木)	2月27日(金)	2月28日(土)
朝食	粥(塩昆布) 茄子の煮浸し ほうれん草のごま和え 味噌汁 	ごはん 出し巻き玉子 インゲンのお浸し 味噌汁	イエローロール ミートボール フルーツ オレンジジュース	ごはん 切干大根煮 キャベツのおかか和え 味噌汁 	玉子粥 ひじき煮 チンゲン菜のカニカマ和え 味噌汁	黒糖ロール アスパラカレー風味ソテー フルーツ 牛乳	ごはん 里芋煮 ほうれん草の生姜和え 味噌汁 
昼食	ごはん 豚肉のケチャップ炒め ごぼうの炒め煮 キャベツの青じそ風味和え 味噌汁	ピラフ チキンナゲット スープ 	ふりかけごはん にゅう麺 豆腐田楽	ごはん 炒り鶏 金時豆佃煮 オクラの梅肉和え 赤だし	焼肉丼 インゲンの酢味噌和え 清汁	ごはん あじの梅煮 大根の紅エビ炒め 菜の花のお浸し 味噌汁 	ごはん チキンカツとし レンコン金平 もやしの和え物 味噌汁
夕食	ごはん 麻婆豆腐 春雨のオイスター炒め チンゲン菜ナムル スープ 	ごはん さわらの煮付け ビーフンの炒め物 しろ菜のポン酢和え 味噌汁	ごはん ジャーマンオムレツ マカロニソテー 小松菜のサラダ スープ	ごはん たらのチーズ焼き 青菜の煮浸し カリフラワーのサラダ 味噌汁 	ごはん ハンバーグ・デミソース スナップエンドウの炒め物 レンコンサラダ 味噌汁	ごはん ひき肉と厚揚げのあんかけ 南瓜煮 小松菜のわさび和え 味噌汁	ごはん さばの照り焼き 高野の煮物 ピーマンの塩昆布和え 味噌汁 

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。