



献立表



	1月26日（月）	1月27日（火）	1月28日（水）	1月29日（木）	1月30日（金）	1月31日（土）	2月1日（日）
朝食	若菜粥 漬物 じゃこピーマン 果物（白桃缶） 	食パン ジャム プレーンオムレツ 牛乳 果物（洋なし缶）	白粥 漬物 平天の旨煮 果物（パイン缶）	バターロール ジャム アスパラサラダ 牛乳 ヨーグルト（オレンジ） 	白粥 漬物 いんげん炒め 果物（黄桃缶）	白粥 漬物 オクラのかか和え 果物（みかん缶）	ストロベリーツイスト コーンサラダ 牛乳 果物（バナナ）
昼食	御飯 牛肉と白菜の和風煮 五目大豆煮 いんげんのごま和え 味噌汁（大根菜） 	御飯 かれいの煮付け 添え（ふき） 若竹煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁（揚げ）	御飯 鶏の照り焼き 添え（白ねぎ） 絹厚揚げ煮 チンゲン菜のピーナッツ和え 味噌汁（しめじ） 	御飯 トンカツ 添え（キャベツ） ひじき炒め煮 菜の花のお浸し 味噌汁（玉葱）	御飯 鶏肉と冬瓜の煮物 ふきの炒め物 カリフラワーのごまだれ和え 味噌汁（さつま芋）	ぶりかけごはん（鮭） しっぽくうどん かぼちゃのいとこ煮 青りんごゼリー 	赤飯 赤魚の西京焼き 添え（白ねぎ） 白菜としめじの煮物 めかぶ 清汁（湯葉）
夕食	御飯 マーマレードチキン 添え（スナップエンドウ） マカロニソテー ブロッコリーのドレ和え コンソメスープ（マッシュルーム） 	御飯 豚肉の甘辛炒め じゃがいも炒め オクラのカニカマ和え 味噌汁（冬瓜）	御飯 大和煮 なすの揚げ浸し もやしの梅ドレ和え 味噌汁（麸）	御飯 肉団子の甘酢あん ごぼうの香り炒め 春雨マヨ和え 中華スープ（しろ菜） 	御飯 さわらのつけ焼き・だし巻き玉子 たけのこのそぼろ炒め 春菊の和え物 味噌汁（わかめ）	御飯 肉味噌豆腐 小松菜炒め ブロッコリーのドレ和え 清汁（えのき）	御飯 牛皿 ピーマンの炒め物 しろ菜のわさびマヨ和え 味噌汁（もやし）

※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）	2月8日（日）
朝食	白粥 漬物 じゃがいもの煮物 果物（パイン缶） 	食パン ジャム 白菜のドレ和え 牛乳 果物（黄桃缶）	白粥 漬物 さつま揚げの旨煮 果物（白桃缶）	バターロール ジャム 照り焼き肉団子 牛乳 ヨーグルト（いちご） 	白粥 漬物 里芋の煮物 果物（みかん缶）	白粥 漬物 ちくわ煮 果物（洋なし缶）	はちみつパン ベーコンとカリフラワー炒め 牛乳 果物（バナナ）
昼食	御飯 鶏肉のしそ香り焼き 添え（大根おろし） れんこんのオランダ煮 ブロッコリーのドレ和え 味噌汁（豆腐）	【節分】 巻寿司 いわしの梅煮 添え（ふき・人参） 小松菜のお浸し 赤だし（巻き麩） 	チキンカレーライス 漬物（福神漬） カリフラワーサラダ フルーツ和え	御飯 めばるの煮付け 添え（大根） ぜんまいの炒り煮 菜の花辛子和え 味噌汁（そうめん）	御飯 麻婆茄子 にらレバ炒め チンゲン菜のドレ和え 中華スープ（なると）	御飯 白身魚のムニエル 添え（オクラ） ごぼうの香味炒め さつま芋の白和え 味噌汁（小松菜） 	御飯 牛肉のくわ焼き いんげん煮浸し スパゲティサラダ 味噌汁（しめじ）
夕食	御飯 千草卵焼きの野菜あんかけ かにシューマイ ほうれん草のピーナッツ和え 味噌汁（冬瓜） 	御飯 豚肉のソース炒め 金時豆煮 もやしの和え物 味噌汁（玉葱）	御飯 揚げ出し豆腐 しろ菜の煮浸し ひじきサラダ 味噌汁（しいたけ）	御飯 牛肉とエリンギのしぐれ煮 たけのこソテー ブロッコリーのごまだれ和え 味噌汁（ほうれん草） 	御飯 豚肉と白菜の煮物 れんこんの旨煮 ピーマンのかか和え 味噌汁（麩）	御飯 チキンソテー（トマトソース） 添え（アスパラ） 切り干し大根炒め煮 キャベツのマヨ和え コンソメスープ（えのき）	御飯 蒸し豚のねぎソース 添え（もやし） かぼちゃの煮物 かぶの甘酢和え 味噌汁（わかめ）

※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）	2月15日（日）
朝食	梅じそ粥 漬物 大根菜の炒め煮 果物（白桃缶）	食パン ジャム ブロッコリーサラダ 牛乳 果物（みかん缶）	白粥 漬物 春菊とツナの和え物 果物（洋なし缶）	バターロール ジャム いんげんソテー 牛乳 ヨーグルト（ブルーベリー）	白粥 漬物 さつま揚げ団子の旨煮 果物（パイン缶）	白粥 漬物 ひじき豆煮 果物（黄桃缶）	ミニショコラツイスト マカロニサラダ 牛乳 果物（バナナ）
昼食	御飯 さばの利休焼き 添え（ししどう） じゃが芋のそぼろ炒め 煮 ぬた和え 清汁（湯葉）	御飯 肉団子の甘酢あん チヂミ 白菜の中華和え 中華スープ（チンゲン菜）	御飯 牛肉と牛蒡の生姜炒め ふきの煮物 オクラのあっさり和え 味噌汁（かぼちゃ）	ふりかけごはん（鮭） かき揚げそば 豆腐のそぼろあんかけ なめたけおろし	御飯 太刀魚の山椒焼き 添え（そら豆） れんこんの金平風 ほうれん草のごまドレ 和え 味噌汁（わかめ）	御飯 ハートコロッケ・オムレツ 添え（キャベツ） なすのホワイトソース かけ ブロッコリーのドレ和え コーンスープ	御飯 鶏の味噌漬け焼き 添え（白ねぎ） たけのこと平天の煮物 きゅうりのゆずドレ和え 清汁（花麩）
夕食	御飯 チャプチエ風 たけのこの土佐煮 しろ菜のドレ和え 味噌汁（麩）	御飯 筑前煮 小松菜の炒め物 なます 味噌汁（なす）	御飯 ぶりの照り焼き 添え（白ねぎ） きくらげと卵の炒め物 キャベツゆかり和え 味噌汁（揚げ）	御飯 豚肉オイスター炒め さつまいも煮 カリフラワーのドレ和え 中華スープ（筍）	御飯 チキン南蛮（タルタルソース） 添え（アスパラ） ちくわの甘辛炒め 白菜の昆布和え 味噌汁（しめじ）	御飯 豚の艶炒め煮 菜の花の煮浸し ごぼうサラダ 味噌汁（そうめん）	御飯 豆腐の牛肉のせ 里芋の田舎煮 オクラのピーナッツ和え 味噌汁（白菜）

※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）	2月22日（日）
朝食	白粥 漬物 冬瓜の煮物 果物（みかん缶） 	食パン ジャム スナップエンドウサラダ 牛乳 果物（白桃缶）	白粥 漬物 厚揚げ煮 果物（黄桃缶）	バターロール ジャム ブロッコリーのドレ和え 牛乳 ヨーグルト（オレンジ） 	白粥 漬物 オクラのかか和え 果物（洋なし缶）	白粥 漬物 いか団子の旨煮 果物（パイン缶）	あんぱん（こしあん） 温野菜サラダ 牛乳 果物（バナナ）
昼食	御飯 あじの酒粕ソース添え（平さやいんげん） かぼちゃのいとこ煮 ほうれん草の錦糸和え 味噌汁（玉葱）	御飯 タンドリーチキン添え（ナポリタン） 菜の花ソテーもずく酢 コンソメスープ（えのき） 	御飯 酢豚 餃子 アスパラサラダ 中華スープ（もやし）	御飯 たらの天ぷら 添え（天つゆ） じゃが芋煮 チンゲン菜のピーナッツ和え 味噌汁（かぶ）	そぼろ丼 切干大根とひじきの炒め煮 味噌汁（大根菜） デザートムース（ぶどう）	御飯 豆腐チャンプルー ちくわ磯辺揚げ ほうれん草のドレ和え 味噌汁（ごぼう） 	御飯 ハンバーグ（デミソース） 添え（人参グラッセ） チンゲン菜ソテー ブロッコリーサラダ 味噌汁（たけのこ）
夕食	御飯 豚肉の野菜炒め 春巻き カリフラワーのツナ和え 中華スープ（冬瓜） 	御飯 牛肉のおろし煮 こんにゃくのピリ辛炒め 小松菜のお浸し 味噌汁（しいたけ）	御飯 だし巻き玉子 添え（ししとう・甘酢生姜） 金平ごぼう 揚げなすの煮浸し（冷） 味噌汁（白菜）	御飯 鶏の香梅ソースかけ 添え（いんげん） 五目大豆煮 カリフラワーのごまドレ和え 味噌汁（麸）	御飯 豚肉と里芋の煮物 ふきのベーコン炒め きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁（なめこ）	御飯 ほっけの幽庵焼き 添え（ししとう） 白花豆煮 菜の花の信田和え 味噌汁（かぼちゃ）	御飯 豚肉の生姜焼き 添え（キャベツ） じゃこピーマン炒め 大根サラダ 味噌汁（わかめ）

※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	鮭粥 漬物 小松菜のツナ和え 果物（洋なし缶）	食パン ジャム 白菜のスープ煮 牛乳 果物（黄桃缶）	白粥 漬物 えび団子の旨煮 果物（白桃缶）	バターロール ジャム ブロッコリーのドレ和え 牛乳 ヨーグルト（いちご）	白粥 漬物 ちくわの煮物 果物（パイン缶）	白粥 漬物 キャベツの和え物 果物（みかん缶）	
昼食	御飯 豆腐の肉味噌かけ れんこんの香味炒め しろ菜のマヨ和え 清汁（湯葉）	御飯 牛肉の中華炒め ふきの旨煮 春雨サラダ 中華スープ（冬瓜）	御飯 鮭のつけ焼き 添え（大根おろし） 里芋の煮物 ほうれん草の和え物 味噌汁（麺）	御飯 ロールキャベツ（トマトソース） 小松菜ソテー 海藻サラダ フルーツ和え	御飯 豚肉と茄子の炒め物 たけのこの旨煮 しろ菜の辛子和え 味噌汁（なめこ）	御飯 カレーうどん ポテトサラダ ココアムース	
夕食	御飯 鶏の山椒焼き 添え（白ねぎ） さつま芋の甘露煮 アスパラのドレ和え 味噌汁（しめじ）	御飯 ミートオムレツ 添え（彩り野菜） スナップエンドウソテー もやしの和え物 コンソメスープ（マッシュルーム）	御飯 豚肉といんげんの和風炒め 卵の花 カリフラワーのごまだれ和え 味噌汁（かぼちゃ）	御飯 鶏肉とかぶの煮物 アスパラ炒め とろろとオクラの和え物 味噌汁（チンゲン菜）	御飯 さばの塩焼き 添え（甘酢生姜） れんこんのそぼろ炒め 菜の花の白和え 味噌汁（大根菜）	御飯 プルコギ ごぼうのピリ辛炒め きゅうりの酢の物 中華スープ（コーン）	

※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。