

2月15日～2月26日まで

食事献立予定表

| 日 | 曜 | お昼のこんだて | 食材料名 | | | |
|----|---|---|-----------------------|--|---|---|
| | |  | | |  | |
| 2月 | | | | | | |
| 15 | 月 | ご飯 煮込みハンバーグ（既製品） おからの煮物 わかめの和え物 ポテトフライ | 鶏肉 豚肉 たまご おから | 玉ねぎ ブロッコリー ごぼう 人参 ひじき ねぎ わかめ きゅうり みかん缶 | ご飯 小麦粉 パン粉 油 じゃがいも さとう | ふりかけ |
| 16 | 火 | ご飯 豚肉と白菜の鍋風煮 金平ごぼう 酢の物 玉子焼き | 豚肉 かまぼこ 豆腐 たまご | 白菜 ねぎ ごぼう 人参 わかめ みかん缶 | ご飯 車麩 春雨 さとう | ふりかけ |
| 17 | 水 | ご飯 とんかつ（既製品） ポテトサラダ 大根なます ウインナー | 豚肉 たまご ウインナー ハム | キャベツ 玉ねぎ 人参 きゅうり 大根 | ご飯 じゃがいも マヨネーズ さとう | ふりかけ |
| 18 | 木 | ご飯 白身魚の照り焼き ごま和え フルーツ 玉子焼き | 白身魚 たまご | ほうれん草 白菜 人参 パイン缶 みかん缶 | ごはん さとう | ふりかけ |
| 19 | 金 | ご飯 豚しゃぶ ごまドレかけ じゃがいもの煮物 酢の物 フライドポテト | 豚肉 | もやし 白菜 みず菜 人参 たまねぎ しらたき 大根 わかめ ブロッコリー | ご飯 じゃがいも ごまドレッシング さとう 油 | ふりかけ |
| 22 | 月 | ご飯 白身魚の揚げ煮 白菜と絹揚げの煮浸し マカロニサラダ ウインナー | 白身魚 絹揚げ ウインナー ツナ缶 | ブロッコリー 白菜 玉ねぎ 人参 | ごはん マカロニ マヨネーズ さとう | ふりかけ |
| 23 | 火 | 天皇誕生日 | | | | ふりかけ |
| 24 | 水 | ご飯 煮魚 お浸し 切干炒め煮 玉子焼き | 白身魚 たまご 油揚げ | 白菜 ねぎ 生姜 切干大根 人参 いんげん 小松菜 | ご飯 油 さとう | ふりかけ |
| 25 | 木 | ご飯 さばのみそ煮 肉じゃが なめたけ和え フライドポテト | さば 豚肉 | ごぼう 人参 いんげん たまねぎ しらたき なめたけ 大根 | ご飯 じゃがいも 油 さとう | ふりかけ |
| 26 | 金 | ご飯 メンチカツ（既製品） 炒り豆腐 ごま和え ウインナー | 豚肉 たまご 豆腐 鶏肉 ウインナー | 玉ねぎ キャベツ 人参 ブロッコリー ひじき グリンピース 菜の花 | ご飯 小麦粉 パン粉 ごま さとう マヨネーズ | ふりかけ |
| | | * 材料の入荷の都合により、メニューの変更のある事をご了承ください。 | * かまぼこ・ハムには卵が含まれています。 | | |  |