



2月のメニュー

毎月1日は野菜の日・19日は食育の日です。(普通食)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2	3	4
昼食			ジャムサンド ポークスープ(白菜・えのき) 鶏肉のチーズ焼き 切干大根とツナのサラダ 果物	ごはん 味噌汁(豆腐・大根) 豚肉のごま揚げ 白菜とチンゲン菜のお浸し 果物	ごはん 麦茶 ドライカレー ブロッコリーおかか和え 果物	北海味噌ラーメン 小松菜中華和え 果物
午後おやつ			牛乳・ごはんの落し焼き	牛乳・オレンジゼリー・せんべい	牛乳・大豆のケーキ	牛乳・ビスケット
	6	7	8	9	10	11
昼食	ごはん 麦茶 ポークカレー キャベツときゅうりの甘酢和え 果物	ふりかけごはん 味噌汁(キャベツ・麩) 醤油おでん 果物	ごはん 味噌汁(豆腐・切干大根) チキンカツ ブロッコリーのナムル 果物	ごはん 味噌汁(卵・人参) ほっけの磯辺焼き 小松菜納豆和え 果物	お弁当の日 	お休み 
午後おやつ	牛乳・アップルケーキ	牛乳・スイートポテト	鉄強化チーズ・フルーツポンチ	牛乳・マドレーヌ・かえり煮干	牛乳・干し芋・クラッカー	
	13	14	15	16	17	18
昼食	ごはん 味噌汁(芋・長ねぎ) 大豆かき揚げ キャベツのり和え 果物	ごはん 豆乳味噌汁(小松菜・油揚げ) たららの香味焼き 人参の豚そぼろ煮 果物	ジャムサンド ポークスープ(白菜・えのき) 鶏肉のチーズ焼き 切干大根とツナのサラダ 果物	ごはん 味噌汁(豆腐・大根) 豚肉のごま揚げ 白菜とチンゲン菜のお浸し 果物	えびピラフ スープ(キャベツ・わかめ) ハンバーグ 人参グラッセ風 果物	北海味噌ラーメン 小松菜中華和え 果物
午後おやつ	ヨーグルト・鉄強化クラッカー・昆布	牛乳・豆パン	牛乳・ごはんの落し焼き	牛乳・オレンジゼリー・せんべい	牛乳・大豆のケーキ	牛乳・ビスケット
	20	21	22	23	24	25
昼食	ごはん 麦茶 ポークカレー キャベツときゅうりの甘酢和え 果物	ふりかけごはん 味噌汁(キャベツ・麩) 醤油おでん 果物	ごはん 味噌汁(豆腐・切干大根) チキンカツ ブロッコリーのナムル 果物	お休み 	おたのしみライス スープ(白菜・わかめ) チキンナゲット 大根とコーンのソテー 果物	かしわうどん さつま芋の含め煮 果物
午後おやつ	牛乳・アップルケーキ	牛乳・スイートポテト	鉄強化チーズ・フルーツポンチ		牛乳・干し芋・クラッカー	牛乳・せんべい
	27	28				
昼食	ごはん 味噌汁(芋・長ねぎ) 大豆かき揚げ キャベツのり和え 果物	ごはん 豆乳味噌汁(小松菜・油揚げ) たららの香味焼き 人参の豚そぼろ煮 果物				
午後おやつ	ヨーグルト・鉄強化クラッカー・昆布	牛乳・豆パン				