

令和4年 2月 献立予定表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1日 ご 飯 和風 ハンバーグ 里芋の煮っころがし 菜果サラダ 味噌汁	2日 ご 飯 魚の粕漬焼き 茄子の中華炒め 柚香和え 味噌汁	3日 巻き寿司 イワシの梅煮 五目大豆 ゼ リ ー 節分そば	4日 ご 飯 唐 揚 げ 白菜のミルク煮 おかか和え 味噌汁	5日 ご 飯 サバの梅味噌煮 南瓜の海老あんかけ なめ苺和え 澄まし汁
7日 豚 丼 角麩の甘辛煮 おろし酢和え フルーツ 味噌汁	8日 ご 飯 魚のレモン風味焼き 肉野菜炒め クルミ和え 味噌汁	9日 ご 飯 味噌おでん 白 和 え 漬 け 物 沢 煮 汁	10日 鶏ごぼう飯 五目豆腐揚げ ふきのおかか煮 辛子和え 茶碗蒸し	11日 ご 飯 肉 豆 腐 さつま芋とリンゴの甘煮 切干大根サラダ 味噌汁	12日 ご 飯 スクランブルエッグ ごぼう味噌 フルーツ ポトフ
14日 ご 飯 魚の煮付け 人参シリシリ 海藻サラダ 味噌汁	15日 ご 飯 牛肉の柳川風 野菜炒め もずく酢 味噌汁	16日 中華おこわ 高野豆腐のオランダ煮 胡麻酢和え フルーツ 茶碗蒸し	17日 ご 飯 葱 ト ロ 里芋と豚肉の煮物 和風サラダ 味噌汁	18日 ご 飯 麻婆豆腐 南瓜のいとこ煮 辛子和え 春雨スープ	19日 ご 飯 甘酢肉団子 大根とあげの煮物 フルーツ 味噌ラーメン
21日 ご 飯 鶏肉の酒粕煮 茄子の田舎煮 お 浸 し 味噌汁	22日 あんかけ丼 ふろふき大根 中華和え 漬 け 物 澄まし汁	23日 ご 飯 更紗玉子 ごぼうの甘辛煮 ツナマヨサラダ 味噌汁	24日 ご 飯 鯖のカレー煮 ひじきと大豆の煮物 おかか和え 味噌汁	25日 ぜんまいご飯 厚揚げの煮浸し 塩昆布和え フルーツ さつま汁	26日 ご 飯 ひりょうず さつま芋の昆布煮 甘酢和え かき玉汁
28日 ご 飯 炒り卵のあんかけ 冬瓜の中華煮 フルーツ きつねうどん					

※ 行事・材料の都合により献立を変更することがあります