



2023年 2月 予定献立表



2023		朝食		昼食			夕食		
日	曜日	和食	洋食	主菜	小鉢	汁物等	主菜	小鉢	汁物等
1	水	厚焼き卵		豚キムチラーメン <small>白菜と大豆ミートの旨辛ラーメン</small>	揚げぎょうざ	デザート	さばの味噌煮 鯖の山椒焼	白身フライ 和風サラダ スパゲティサラダ	けんちん汁
2	木	チンゲン菜とツナの炒め物		タルタルハンバーグ 鶏肉と青梗菜のクリーム煮	いんげんと蒸し鶏のサラダ	ひじきのかき玉スープ	豚肉のスパイス炒め 豚ばら白菜	豚天 ココロ豆腐サラダ チンゲン菜の中華風お浸し	中華スープ
3	金	ブロッコリーといかのソテー		節分 手巻きずし	五目煮豆	すまし汁 節分きびだんご	鶏肉のコチュマヨ焼き 牛肉のスタミナ炒め	厚揚げとしめじのみぞれ炒め	きのこスープ
4	土	春雨サラダ		コリアンミートライス サーモンピラフ	南瓜コロッケ	中華スープ オレンジゼリー	鶏のチリソース揚げ 豚バラと大根のべっこう煮	もやしのナムル	味噌汁
5	日	ホトペ-コン炒め		豚骨ラーメン 麻婆豆腐焼きそば	ミニメンチカツ	バナナ	タンダリーチキン 豚肉の塩たれ焼	大根と油揚げの炒め煮	わかめスープ
6	月	チーズスクランブル		チキン南蛮カレー (宮崎県)	彩りサラダ	卵のスープ クロレラ	豚の照マヨ 中華風肉豆腐	豚肉の紅生姜揚げ チニスサラダ 小松菜の炒り卵和え	味噌汁
7	火	豚と茸のマヨソテー		とろたまメンチ ロールキャベツのトマト煮	白菜とツナのごま香りと和え	すまし汁	鶏の明太子マヨネーズ焼 胡椒が効いた鶏のクリーム煮	鶏のゆかり揚げ ツナサラダ ぶろふき大根のねぎあんかけ	オニオンスープ
8	水	ミートボールのトマト煮		牛ごぼううどん けんちんそば	チーズ入り竹輪の磯辺揚げ	杏仁豆腐	鯖の照り焼き ぶり大根	茶碗蒸し (なめこあん)	さつま汁
9	木	ニラともやしの卵とじ		ハンバーグシチュー 牛肉の四川風炒め	大豆とひじき煮	カレースープ	鶏の天ぷら 地鶏昆布だしのおでん	鶏の天ぷら ミックスサラダ れんごんのごま和え	味噌汁
10	金	そばろサラダ		チキンカツ	小松菜とごぼうのカレーマヨ和え	味噌汁	豚キムチ豆腐 豚肉のトマトソース	海藻サラダ	かき玉汁
11	土	ミニハンバーグ		鶏肉の黄金焼き 豚肉とにんにく炒め	青梗菜の塩昆布マヨ和え	ゴマ風味スープ	豚肉の中華風照焼き 柳川煮	切干大根のピリ辛炒め	コンソメスープ
12	日	ベーコンサラダ		ワンタンもやしラーメン ミーゴレン	ハムカツ	オレンジ	ハンバーグガーリックソース カレー肉じゃが	春菊とベーコン炒め	すまし汁
13	月	ミニオムレツ		愛知風 味噌かつ丼 親子丼	ブロッコリーのツナ和え	すまし汁 クロレラ	チキンデミソース煮 根菜たっぷり酢豚	千切り大根のカニカマサラダ	ゴマ風味スープ
14	火	カリフラワーのカレーソテー		ミートスパゲティ 明太子スパゲティ	シーザーサラダ	卵とわかめのスープ デザート	中津からあげ (大分県) 肉豆腐	ハートのコロッケ 和風サラダ 春雨ミチガサ	味噌汁
15	水	小松菜ときのこの中華炒め		豚肉のぼん炒め 牛肉の中華風カレーソテー	とろとろ白菜クリーム煮	ゴマ風味スープ	冬野菜と白身魚のあんかけ 鯖の香草パン粉焼き	白身フライ コーンサラダ 明太子マカロニサラダ	豚汁
16	木	コールスローサラダ		台湾風塩ラーメン ごぼうの磯辺かきあげ黄そば	いかキャベツカツ	プリン	お楽しみメニュー		
17	金	ポイルウインナー		ジャポネハンバーグ 鶏と野菜のオイスターソース煮込み	ポテトサラダ	ミネストローネ	豚肉のコーンフレーク焼 豚肉と豆腐の四川炒め	ひじきの酢の物	卵のスープ
18	土	ツナビーフン		鶏のおろし煮 牛肉のブルコギ風	キャベツのカレー風味サラダ	味噌汁	豚肉のピリ辛ソース ミートボールシチュー	小松菜ごま和え	きのこスープ
19	日	春雨中華サラダ		血うどん 卵とじうどん	串カツ	バナナ	鶏肉のねぎ塩だれ 豚肉野菜のカレー煮込み	ひじき炒め	すまし汁
20	月	カボチャサラダ		豚キムチ丼 焼肉丼	キャベツと干しエビのピリ辛炒め	中華スープ クロレラ	鶏肉の味噌マヨ焼き 豚肉のコチュジャン炒め	ブロッコリーと白菜のシチュー	わかめスープ
21	火	イタリアンサラダ		鶏肉の甘酢ソース 牛肉とヤクゴ-ンピリ炒め	ほうれん草のとろろ昆布和え	かき玉汁	新潟風 カレー風味から揚げ 豚肉と茸のゴママヨ炒め	がんもどきの煮付	味噌汁
22	水	肉団子のチリソース		カレーうどん 担々麺	蒸ししゅうまい	杏仁フルーツ	鯖のフライ 赤いワケルメス 鯖の胡麻マヨ焼き	ソース焼もやし	さつま汁
23	木	エスニック春雨		チキンクリーム煮 豚肉の味噌炒め	ほうれん草のみぞれ和え	きのこスープ	豆腐ハンバーグ和風ソース 牛肉と野菜の煮物	里芋の明太マヨ和え	カレースープ
24	金	スラン'ルとカリパ'-コン		フライドチキン 豚肉と厚揚げのオイスターソース炒め	マーボー大根	卵と野菜のコンソメスープ	ポークカレー ハヤシライス	コーンサラダ	白菜とベーコンのスープ フルーツカクテル
25	土	<div data-bbox="710 1825 949 1915" data-label="Section-Header"><h1>春休み</h1></div>							
26	日								
27	月								
28	火								

\* 主菜の上段黒字がA食、下段赤字がB食です。夕食の小鉢は3種類から1つ選べます。  
材料仕入れの都合により献立の変更があります。ご了承ください。