



平成29年2月献立



日	曜日	昼食メニュー	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	午前おやつ	午後おやつ	
1	水	照焼きチキン、じゃが芋のごま炒め、ご飯、お味噌汁、バナナ	七分づき米、菜種油、甜菜糖、じゃが芋、胡麻油、胡麻	鶏肉、 玉子	ブロッコリー、人参、玉ねぎ、バナナ	日替り雑炊又は野菜スープ	コアケーキ苺添え	
2	木	麻婆豆腐、白菜の磯和え、ご飯、春雨スープ、林檎	七分づき米、胡麻油、甜菜糖、片栗粉、春雨	豚肉、豆腐、鶏肉	生姜、人参、長葱、ニラ、白菜、青のり、水菜、林檎	日替り雑炊又は野菜スープ	鮭と胡麻のおにぎり	
3	金	赤鬼さんライス、野菜のコンソメ煮、キャベツとワカメのナムルサラダ、バナナ	七分づき米、バター、菜種油、スパゲッティ、胡麻、甜菜糖、胡麻油	ウインナー、鶏肉	玉ねぎ、レーズン、胡瓜、蕪、人参、ブロッコリー、キャベツ、ワカメ、バナナ	日替り雑炊又は野菜スープ	さつま芋の鬼饅頭	
4	土	おまかせメニュー					日替り雑炊又は野菜スープ	おまかせメニュー
5	日	休園日					休園日	休園日
6	月	黄金カレイの揚げ煮、鶏と南瓜のソテー、ご飯、お味噌汁、オレンジ	七分づき米、小麦粉、菜種油、甜菜糖、バター	鰯、鶏肉、油揚げ	人参、ワカメ、南瓜、パプリカ赤、玉ねぎ、オレンジ	日替り雑炊又は野菜スープ	塩昆布と白胡麻のおにぎり	
7	火	煮込みハンバーグ、和風コールスローサラダ、ご飯、お味噌汁、バナナ	七分づき米、パン粉、菜種油、甜菜糖、じゃが芋、マヨネーズ、花ふ	豚肉、牛乳	玉ねぎ、カットトマト、白菜、人参、水菜、万能ねぎ、バナナ	日替り雑炊又は野菜スープ	ポップコーン	
8	水	カラスカレイの和風ステーキ、お豆のころろサラダ、鉄分強化！ふりかけご飯、すまし汁、いよかん	七分づき米、片栗粉、菜種油、甜菜糖、マヨネーズ	カラスカレイ、大豆	生姜、玉ねぎ、人参、胡瓜、パプリカ赤、青梗菜、長葱、いよかん	日替り雑炊又は野菜スープ	わかめと白子、白胡麻のおにぎり	
9	木	スパゲッティミートソース、ワカメサラダ、スープ、バナナ	スパゲッティ、バター、菜種油、小麦粉、甜菜糖	豚肉、 玉子	玉ねぎ、人参、パセリ、ワカメ、キャベツ、コーン、えのき茸、バナナ	日替り雑炊又は野菜スープ	ポテトもち	
10	金	白糸鱈のころろ甘辛揚げ、炒り豆腐、ご飯、お味噌汁、みかん	七分づき米、片栗粉、菜種油、甜菜糖、胡麻、さつま芋	白糸鱈、豆腐、 玉子 、油揚げ	生姜、人参、しめじ、グリーンピース、玉ねぎ、みかん	日替り雑炊又は野菜スープ	すいとん	
11	土	休園日(建国記念日)					休園日(建国記念日)	休園日(建国記念日)
12	日	休園日					休園日	休園日
13	月	ハヤシライス、彩り野菜サラダ、林檎	七分づき米、菜種油、甜菜糖	豚肉	玉ねぎ、カットトマト、キャベツ、胡瓜、パプリカ赤、枝豆、林檎	日替り雑炊又は野菜スープ	小松菜のおにぎり	
14	火	南瓜コロッケ、切干大根煮、鉄分強化！ふりかけご飯、お味噌汁、オレンジ	七分づき米、菜種油、小麦粉、パン粉、甜菜糖、焼ふ	ツナフレーク缶、油揚げ	南瓜、玉ねぎ、トマト、切干大根、人参、インゲン、オレンジ	日替り雑炊又は野菜スープ	ひじきチャーハン	
15	水	照焼きチキン、じゃが芋のごま炒め、ご飯、お味噌汁、バナナ	七分づき米、菜種油、甜菜糖、じゃが芋、胡麻油、胡麻	鶏肉、 玉子	ブロッコリー、人参、玉ねぎ、バナナ	日替り雑炊又は野菜スープ	きのこスパゲッティ	
16	木	麻婆豆腐、白菜の磯和え、ご飯、春雨スープ、林檎	七分づき米、胡麻油、甜菜糖、片栗粉、春雨	豚肉、豆腐、鶏肉	生姜、人参、長葱、ニラ、白菜、青のり、水菜、林檎	日替り雑炊又は野菜スープ	鮭と胡麻のおにぎり	
17	金	お豆と芋のクラッシュ風、大根サラダ、ご飯、お味噌汁、バナナ	七分づき米、じゃが芋、バター、小麦粉、パン粉、菜種油、甜菜糖、焼ふ	ツナフレーク缶、大豆、無調整豆乳	玉ねぎ、ほうれん草、大根、パプリカ赤、水菜、もやし、バナナ	日替り雑炊又は野菜スープ	ポップコーン	
18	土	おまかせメニュー					日替り雑炊又は野菜スープ	おまかせメニュー
19	日	休園日					休園日	休園日
20	月	黄金カレイの揚げ煮、鶏と南瓜のソテー、ご飯、お味噌汁、オレンジ	七分づき米、小麦粉、菜種油、甜菜糖、バター	鰯、鶏肉、油揚げ	人参、ワカメ、南瓜、パプリカ赤、玉ねぎ、オレンジ	日替り雑炊又は野菜スープ	塩昆布と白胡麻のおにぎり	
21	火	煮込みハンバーグ、和風コールスローサラダ、ご飯、お味噌汁、バナナ	七分づき米、パン粉、菜種油、甜菜糖、じゃが芋、マヨネーズ、花ふ	豚肉、牛乳	玉ねぎ、カットトマト、白菜、人参、水菜、万能ねぎ、バナナ	日替り雑炊又は野菜スープ	ポップコーン	
22	水	カラスカレイの和風ステーキ、お豆のころろサラダ、鉄分強化！ふりかけご飯、すまし汁、いよかん	七分づき米、片栗粉、菜種油、甜菜糖、マヨネーズ	カラスカレイ、大豆	生姜、玉ねぎ、人参、胡瓜、パプリカ赤、青梗菜、長葱、いよかん	日替り雑炊又は野菜スープ	わかめと白子、白胡麻のおにぎり	
23	木	スパゲッティミートソース、ワカメサラダ、スープ、バナナ	スパゲッティ、バター、菜種油、小麦粉、甜菜糖	豚肉、 玉子	玉ねぎ、人参、パセリ、ワカメ、キャベツ、コーン、えのき茸、バナナ	日替り雑炊又は野菜スープ	ポテトもち	
24	金	白糸鱈のころろ甘辛揚げ、炒り豆腐、ご飯、お味噌汁、みかん	七分づき米、片栗粉、菜種油、甜菜糖、胡麻、さつま芋	白糸鱈、豆腐、 玉子 、油揚げ	生姜、人参、しめじ、グリーンピース、玉ねぎ、みかん	日替り雑炊又は野菜スープ	すいとん	
25	土	おまかせメニュー					日替り雑炊又は野菜スープ	おまかせメニュー
26	日	休園日					休園日	休園日
27	月	ハヤシライス、彩り野菜サラダ、林檎	七分づき米、菜種油、甜菜糖	豚肉	玉ねぎ、カットトマト、キャベツ、胡瓜、パプリカ赤、枝豆、林檎	日替り雑炊又は野菜スープ	小松菜のおにぎり	
28	火	南瓜コロッケ、切干大根煮、鉄分強化！ふりかけご飯、お味噌汁、オレンジ	七分づき米、菜種油、小麦粉、パン粉、甜菜糖、焼ふ	ツナフレーク缶、油揚げ	南瓜、玉ねぎ、トマト、切干大根、人参、インゲン、オレンジ	日替り雑炊又は野菜スープ	ひじきチャーハン	

※赤字は玉子アレルギー除去食材です。