

1 月 の 献 立 表

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				赤飯 天ぷら ふきの信田煮 厚焼き卵 かまぼこ 茶碗蒸し 季節の和菓子	散らし寿司 里芋の柚子煮 えびとブロッコリーのテリーヌ 栗さんどん すまし汁（あさり） おかきえび	ご飯 鶏肉の西京焼き なすおかか煮 伊達巻き 黒豆 紅白なます すまし汁 抹茶まんじゅう
4	5	6	7	8	9	10
ご飯 オムレツきのこあんかけ さつまいもと豚肉煮 チンゲン菜わさび醤油和え 味噌汁（切干） 白い風船	味噌ラーメン えびシューマイ 海藻サラダ もも缶	ご飯 豚肉と豆腐のオイスター炒め カリフラワーのクリーム煮 水菜のサラダ 春雨スープ	ご飯 ホキの揚げ煮 菜の花のバター炒め さつまいもサラダ 味噌汁（豆腐）	ご飯 タラの塩野菜あんかけ 高野豆腐の卵とじ キャベツとハムの和え物 味噌汁（もやし） パンケーキ	そばろ丼 湯豆腐 キャベツのごま和え 味噌汁（なす） ロールケーキバニラ	ご飯 チキン南蛮 南瓜の煮物 菜の花のお浸し すまし汁（豆腐） 味しらべ
11	12	13	14	15	16	17
ご飯 豚しゃぶ スナップエンドウの炒め物 ブロッコリーのなめたけ和え 味噌汁（ごぼう） おかきのり塩	ご飯 ホキの磯辺揚げ 茄子とピーマンのみそ炒め 菜の花の辛子醤油和え すまし汁（とろろ昆布） あんぱん	ご飯 さばの塩焼き ホタテ風フライ 浅漬け風サラダ すまし汁（チンゲン菜） 黒糖まんじゅう	五目うどん ハムカツ ほうれん草のしそマヨ和え みかん缶 ロールケーキコーヒー	ご飯 豚肉のすき煮風 炒り卵 ブロッコリーのサラダ 味噌汁（あさり） プリン	ご飯 アジフライ かんぴょう煮 もやしのゆかり和え すまし汁（かまぼこ） パンケーキ抹茶	ご飯 エビマヨ さつまいもレモン煮 ブロッコリーツナ和え すまし汁（とろろ昆布） ヨーグルト
18	19	20	21	22	23	24
ご飯 揚げだし豆腐 キャベツと干しえびの炒め物 ポテトサラダ 味噌汁（白菜） 黒棒	ご飯 味噌かつ 南瓜のソテー チンゲン菜おかか和え すまし汁（菜の花） クリームコンフェ	ご飯 鶏肉の角煮風 茄子の煮物 キャベツの塩昆布和え 味噌汁（大根） チョコパン	ご飯 麻婆豆腐 もやしとニラのソテー ツナときのごサラダ 中華スープ（チンゲン菜） ミニたい焼き	ご飯 照り焼きハンバーグ じゃがいもたらこ炒め アスパラサラダ 味噌汁（えのき） ロールケーキチョコ	ご飯 白身魚フライ 舞茸とごぼう煮 ほうれん草磯和え 味噌汁（大根） カステラ	ご飯 ホキのねぎ味噌焼き 春雨のソテー おからサラダ すまし汁（白はんぺん） 青りんごゼリー
25	26	27	28	29	30	31
ご飯 鶏の照り焼き コンソメポテト かにかまサラダ すまし汁（とろろ昆布） 水ようかん	ご飯 豚肉と厚揚げの味噌炒め 里芋煮ころがし 白菜のおかか和え かきたま汁 どら焼き	ご飯 鶏肉のもろみ焼き にら玉 ごぼうサラダ すまし汁（えのき） 酒まんじゅう	とろろそば 竹輪の磯辺揚げ 切干のボン酢和え もも缶 クリームパン	ご飯 白身魚のムニエル カリフラワーのソテー 白菜のごま和え すまし汁（チンゲン菜） こしあんまんじゅう	カレーライス カニクリームコロッケ グリーンサラダ ヨーグルト カスタードケーキ	ご飯 豚肉とチンゲン菜炒め 金時豆 ほうれん草磯和え すまし汁（しいたけ） 田舎まんじゅう

♡ 2 月 の 献 立 表 ♡

日	月	火	水	木	金	土
1 ご飯 魚の照りマヨ焼き もやしとひき肉炒め 白菜のゆかり和え 味噌汁（切干） おかき砂糖醤油	2 ご飯 豚肉と豆腐のオイスター炒め カリフラワーのクリーム煮 水菜のサラダ 春雨スープ ドーナツ	3 助六 カレイの梅煮 白和え すまし汁（菜の花） 季節の和菓子	4 醤油ラーメン ハムカツ 大根サラダ もも缶 パンケーキ黒蜜きなこ	5 ごはん カレイの磯辺揚げ 冬瓜のかにあんかけ ほうれん草のおかか和え 味噌汁（なめこ） 抹茶まんじゅう	6 ご飯 マーボー豆腐 えびと卵のあっさり炒め ごぼうサラダ 中華スープ（もやし） ロールケーキバニラ	7 ご飯 白身魚のマヨネーズ焼き なすの煮つけ 菜の花のお浸し すまし汁（おつゆ麩） 黒棒
8 ご飯 豚しゃぶ えんどうの炒めもの ブロッコリーなめたけ和え 味噌汁（ごぼう） 味しらべ	9 ご飯 白身魚の南蛮漬け ふろふき大根 キャベツとハムの和え物 かきたま汁 どら焼き	10 ご飯 さばの塩焼き ホタテ風フライ 浅漬け風サラダ すまし汁（はんぺん） 白あんぱん	11 ご飯 たらものムニエル ほうれん草のソテー パンプキンサラダ 味噌汁（じゃがいも） 黒糖まんじゅう	12 きつねうどん ピーマン肉詰めフライ ほうれん草しそマヨ和え みかん缶 クリームコンフェ	13 ご飯 エビマヨ 南瓜のソテー ブロッコリーとツナの和え物 すまし汁（とろろ昆布） バームクーヘン	14 ご飯 チキンのバーベキューソテー なすの煮物 菜の花塩昆布和え 味噌汁（大根） チョコレートババロア
15 ご飯 豆腐チャンプル かんぴょう煮 もやしのゆかり和え かきたま汁 ヨーグルト	16 ご飯 味噌かつ 菜の花バター炒め きゅうりの生姜和え 味噌汁（里芋） 田舎まんじゅう	17 ご飯 煮込みハンバーグ じゃが芋たらこ炒め ツナときのこのサラダ コーンスープ カステラ	18 ご飯 たらもの塩野菜あんかけ 茄子とピーマンの味噌炒め ほうれん草磯和え すまし汁（しいたけ） たい焼き	19 ご飯 鶏のからあげ 人参さっと煮 コールスロー 味噌汁（えのき） こしあんまんじゅう	20 焼きそば シューマイ 切干と木くらげのポン酢和え 味噌汁（豆腐） あんぱん	21 ご飯 魚のねぎ味噌焼き さつまいも甘煮 ブロッコリーのサラダ すまし汁（とろろ昆布） 星たべよ
22 ご飯 酢豚風肉団子 南瓜煮 塩昆布和え 味噌汁（豆腐） 黒棒	23 ご飯 白身魚のフライ 豚肉といんげんの金平 カリフラワーのゆかり和え 味噌汁（ほうれん草） ロールケーキコーヒー	24 カレーライス カニクリームコロッケ フレンチサラダ ヨーグルト 抹茶パンケーキ	25 ご飯 豚すき風 キャベツと干しえびの炒め物 ごぼうのごまドレ和え 味噌汁（わかめ） クリームパン	26 ご飯 ホキのごま照り焼き 厚揚げそぼろあんかけ かにかまサラダ 味噌汁（えのき） カスタードケーキ	27 豚丼 五目厚焼き玉子 キャベツのごま和え 味噌汁（南瓜） 酒まんじゅう	28 ご飯 カレイのたらこソースかけ 舞茸とごぼう煮 白菜ピーナツ和え 味噌汁（切干） プリン

仕入れの都合により、献立は予告なく変更する場合があります。