



2月献立表



サニーステージ玉川学園

		2月1日(土)						
朝食	<p>節分とは、季節の移り替わる時、すなわち立春・立夏・立秋・立冬の前日のことで、特に立春の前日を指します。この日の夕暮れ、柊(ひいらぎ)の枝に鰯の頭を指したものを戸口に立て炒った大豆をまく習慣があります。</p>	<p>しらす雑炊 はんぺんと野菜の煮物 キャベツと塩昆布の和え物 煮豆 牛乳 鮭のちゃんちゃん焼 かぼちゃの含め煮 ごま豆腐 御飯 すまし汁 みたらしだんご 鶏肉のおろし煮 厚揚げのカニ風味あん 青菜のごま和え 御飯 みそ汁</p>						
昼食								
おやつ								
夕食								
	2月2日(日)	2月3日(月)	2月4日(火)	2月5日(水)	2月6日(木)	2月7日(金)	2月8日(土)	
朝食	ロールパンサンド スクランブルエッグ コンソメスープ 牛乳	ツナ入り野菜炒め カリフラワーサラダ たいみそ ミックスジュース 御飯 みそ汁	チーズリゾット ほうれん草と卵のソテー スパゲティサラダ ジュース	ポパイエッグ 花野菜サラダ 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	フィッシュソーセージと野菜のソテー もやしのおかか和え ふりかけ 牛乳 御飯 みそ汁	焼き魚(さば) 白菜のお浸し 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	きのこ雑炊 里芋ごまよごし キャベツのポン酢和え 煮豆 牛乳	
昼食	<p>節分 大巻き 稲荷寿司</p>	チキンソテーマトソース ジャーマンポテト イタリアンサラダ 御飯 スープ	タラの柚子味噌焼 大根のベーコン煮 フルーツゼリーフルーツ 御飯 みそ汁	ぎつねうどん コロッケ 切干大根のサラダ フルーツ	じゃがいもと鶏肉のごろっとみそ炒め 煮奴 春雨の酢の物 御飯 すまし汁	ビビンバ 水餃子 小松菜の中華和え 漬物 スープ	カレーライス ほうれん草とハムのソテー ストロベリーヨーグルト コンソメスープ	
おやつ	鬼さんシュークリーム	抹茶ミルク巻天 小豆かけ	あんまん	みそ饅頭	チョコパン	豆入り蒸しパン	今川焼き	
夕食	牛肉と玉ねぎの炒めもの 切干大根の煮物 春菊のわさび和え 御飯 みそ汁	ちぐさ焼 高野豆腐の煮物 ごぼうサラダ わかめ御飯 みそ汁	肉豆腐 ちくわの蒲焼 花野菜サラダ 御飯 みそ汁	鶏肉の柚子こしょう焼き れんこん金平 ブロッコリーの和えもの 御飯 みそ汁	揚げかれのいもみじおろし添え 白菜と小えびの炒め煮 きゅうりの和え物 御飯 みそ汁	鶏肉の唐揚げ さつまいもの甘煮 竹輪の梅しそサラダ 御飯 みそ汁	えび入りしんじょうと根菜の煮物 だし巻たまご かぼちゃサラダ 御飯 みそ汁	
	2月9日(日)	2月10日(月)	2月11日(火)	2月12日(水)	2月13日(木)	2月14日(金)	2月15日(土)	
朝食	ポトフ カリフラワーサラダ フルーツ パン 牛乳	生揚げの土佐煮 小松菜の辛子和え 梅干 ミックスジュース 御飯 みそ汁	肉詰いなりの煮付 ほうれん草のおぼろ和え ふりかけ ジュース 御飯 みそ汁	かれいのみりん焼 菜の花のごま和え 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	巣ごもり卵 じゃが芋のおおさか和え のり佃煮 牛乳 御飯 みそ汁	がんもの煮付 青菜のお浸し 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	かに風味雑炊 つみれ煮 チンゲンサイの海苔和え 煮豆 牛乳	
昼食	白身魚の味噌チーズ焼 筑前煮 かぶの即席漬 御飯 すまし汁	鶏肉の塩こうじ揚げ 竹輪とじゃが芋の磯和え 浅漬 御飯 みそ汁	酢豚 2色焼売 もやしときくらげのサラダ 御飯 中華スープ	長崎風ちゃんぽん 揚げ肉巻 大根サラダ バナナムース	麦とろろ牛丼 青菜と油揚げの煮浸し 漬物 フルーツ みそ汁	<p>バレンタイン ハッシュドビーフ</p>	あじのごまみそ焼 がんもとふきの含め煮 にんじんサラダ 御飯 すまし汁	
おやつ	ココアワッフル	コーヒーゼリー	たい焼き	芋入りしるこ	クリームパン	おやつレク	パンプディング	
夕食	鶏大根 玉子炒め チンゲンサイのお浸し 御飯 みそ汁	豚肉の柳川風 切昆布の煮物 長芋ときゅうりのわさび和え 御飯 みそ汁	鶏肉の菜種焼 はんぺんと野菜の煮物 いんげんのピーナツ和え 御飯 みそ汁	豆腐と肉団子の煮物 さつまいもサラダ かぶら漬 御飯 みそ汁	さばの味噌煮 れんこん金平 酢の物 御飯 すまし汁	和風玉子炒め なすの香味和え みぞれ和え 御飯 みそ汁	クリーミーコロッケ 大根の帆立風煮 キャベツのくるみおろし 御飯 みそ汁	
	2月16日(日)	2月17日(月)	2月18日(火)	2月19日(水)	2月20日(木)	2月21日(金)	2月22日(土)	
朝食	フレンチトースト ほうれん草のソテー マカロニサラダ コンソメスープ 牛乳	さけの塩焼 白菜の和え物 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	トマトリゾット ブレンオムレツ 豆サラダ ジュース	鶏団子と野菜の煮物 チンゲンサイのピーナツ和え 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	フィッシュソーセーの炒め物 花野菜のサラダ 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	はんぺんの煮物 ツナ和え 納豆 ミックスジュース 御飯 みそ汁	にら玉雑炊 大根の味噌煮 なめだけおろし 煮豆 牛乳	
昼食	回鍋肉 小籠包 ナムル 御飯 中華スープ	豆腐ハンバーグ酢だれ 青菜とエリンギのソテー タラモサラダ 御飯 みそ汁	バターチキンカレー 海草サラダ フルーツ スープ	ちらし寿司 野菜つみれの煮物 しめじといんげんのごまみそ和え フルーツ すまし汁	ちらし寿司 野菜つみれの煮物 浅漬 御飯 みそ汁	たらのおろしポン酢 がんもと野菜の煮物 漬物 御飯 みそ汁	あなかけ肉醬麦 じゃが芋のそぼろ煮 竹輪サラダ コンポート	とんかつ 切干大根の煮物 フルーツ 御飯 みそ汁
おやつ	黒糖饅頭	どら焼き(抹茶あん)	マンゴープリン	いちご抹茶ケーキ	あんぱん	バナナチョコ	牛乳寒 黒みつきなこかけ	
夕食	鶏肉のカレー炒め 高野豆腐の煮物 春菊の辛子和え 御飯 みそ汁	かに玉風 ビーフソテー 中華サラダ 御飯 中華スープ	焼豆腐と豚肉の五目旨煮 はんぺんの磯辺揚げ しらすおろし 御飯 みそ汁	あじの蒲焼風 炒り豆腐 カリフラワーのおかか和え 御飯 みそ汁	鶏肉の野菜あんかけ 煮奴 わかめの酢の物 御飯 みそ汁	生揚げと牛肉の甘辛煮 かぼちゃフライ 菜の花のわさび和え 御飯 みそ汁	白身魚の柚庵焼 ひじきの五目煮物 なます 御飯 みそ汁	
	2月23日(日)	2月24日(月)	2月25日(火)	2月26日(水)	2月27日(木)	2月28日(金)		
朝食	スクランブルエッグ ブロッコリーサラダ パン コンソメスープ 牛乳	さけの塩焼 ほうれん草のお浸し 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	チーズリゾット ほうれん草とコーンのソテー スパゲティサラダ ジュース	生揚げの土佐煮 春菊のごま和え 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	肉詰いなりの煮付 小松菜のくるみおろし のり佃煮 牛乳 御飯 みそ汁	玉子とじ 菜の花とえのきの和え物 ふりかけ ミックスジュース 御飯 みそ汁		
昼食	豚肉の生姜焼 野菜とさつま揚げの煮物 かにかまサラダ 御飯 みそ汁	<p>おでん</p>	しらすチャーハン 八宝菜 中華風冷奴 漬物 スープ	サンマーマン 揚げギョーザ わんたんパエリアサラダ フルーツ おしるこ	ウイナーカレー グリーンサラダ フルーツヨーグルト スープ	さわらの味噌がけ ふきの甘辛炒め フルーツ 御飯 かきたま汁		
おやつ	吹雪饅頭	抹茶の蒸しケーキ	今川焼カスタード	おしるこ	スイスロール	マロンパノア		
夕食	豆腐と根菜の生姜煮 揚げなすの田楽 昆布豆 御飯 すまし汁	豚肉のオイスター炒め かぼちゃのレモン煮 いんげんの生姜和え 御飯 みそ汁	鯖の煮付け山椒風味 いんげんと竹輪の炒め ほうれん草の菜種和え 御飯 みそ汁	豚の角煮 ポテトサラダ おくらのおかか和え 御飯 みそ汁	鮭の和風マリネ ベーコンと野菜のソテー きゅうりと大根の和え物 御飯 みそ汁	鶏肉の治部煮 金平ごぼう豆腐の肉味噌あん ブロッコリーの辛子和え 御飯 すまし汁		

*献立が一部変更になる場合がございます。ご了承ください。

国内産のお米を使用しています。