

2月献立予定表



	☺ (日)	☺ (月)	☺ (火)	☺ (水)	2月1日 (木)	2月2日 (金)	2月3日 (土)
昼					ご飯・味噌汁 鶏のみそ粕焼き チャンプルー風炒め もずく酢	ご飯・味噌汁 白身フライ いんげんとツナの青じそ和え ひじき炒り煮	ご飯・味噌汁 ほっけの生姜煮 五目和え 小倉寒天
夕					ご飯・すまし汁 春巻き 青菜ともやしの梅かつお和え 里芋そぼろ煮	ご飯・味噌汁 豚肉のすき焼き風炒め キャベツとカニかまのサラダ 厚焼き卵	ご飯・味噌汁 とんかつ 根菜のコンソメ煮 山芋とオクラのゆずポン和え

	2月4日 (日)	2月5日 (月)	2月6日 (火)	2月7日 (水)	2月8日 (木)	2月9日 (金)	2月10日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 かにたま 青菜の煮浸し 根菜のカレー煮	ご飯・味噌汁 サバの塩焼き イカのチリソース風炒め もずく酢	ご飯・すまし汁 赤魚の塩麹焼き 切干大根煮 白和え	ご飯・味噌汁 チキンカツ 根菜の煮物 果物(みかん)	ご飯・スープ ビーンズカレー ブロッコリーサラダ フルーツヨーグルト	ご飯・味噌汁 デミハンバーグ リャンバンサンスー 果物	ご飯・味噌汁 かわいいのネギ味噌焼き 小松菜のエビ炒め 茶わん蒸し
夕	ご飯・味噌汁 鮭の塩焼き ひとくちおでん ポテトサラダ	ご飯・味噌汁 里芋と鶏の煮ころがし チンゲン菜のごま酢和え 炒り卵	ご飯・味噌汁 鶏と大根のしぐれ煮 お浸し マカロニサラダ	ご飯・味噌汁 ホキの野菜あんかけ 春雨サラダ 鶏五目豆	ご飯・味噌汁 エビフライ ひじきの炒り煮 南瓜のそぼろ煮	ご飯・味噌汁 赤魚の塩焼き ぜんまいの煮物 揚げだし豆腐	ご飯・味噌汁 カマンベールチーズフライ ほうれん草のソテー じゃがいもとさつま揚げの煮物

	2月11日 (日)	2月12日 (月)	2月13日 (火)	2月14日 (水)	2月15日 (木)	2月16日 (金)	2月17日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 いか野菜カツ 青昆布煮 旬彩焼き	ご飯・味噌汁 ぶりの照り焼き 南瓜の含め煮 オクラの青じそとろろ和え	ご飯・味噌汁 肉団子(野菜あん) 小松菜のナムル さつまいものレモン煮	ご飯・すまし汁 八宝菜 根菜の煮物 卵寒天	ご飯・味噌汁 豚肉の高菜炒め 一口がんもの煮物 果物	ご飯・味噌汁 鶏肉のチーズ風味焼き まごわやさしいナムル 果物(パイン)	ご飯・味噌汁 牛肉コロッケ 白菜の卵とじ 根菜のカレー煮
夕	ご飯・すまし汁 豚肉となすの炒め物 キャベツの生姜浸し 樹氷なめこ	ご飯・味噌汁 クリームロールキャベツ マカロニサラダ 小松菜のしらす和え	ご飯・味噌汁 サバの塩焼き かぶのポトフ キャベツのピーナツ和え	ご飯・味噌汁 卵サラダコロッケ れんこんと豚肉の炒め煮 白菜と人参のごま和え	ご飯・スープ 白身魚フライ 煮浸し 春雨の酢の物	ご飯・味噌汁 ほきの野菜あんかけ マーボー春雨 卵焼き	ご飯・かき玉汁 マーボー豆腐 青菜の辛子和え 杏仁フルーツ

	2月18日 (日)	2月19日 (月)	2月20日 (火)	2月21日 (水)	2月22日 (木)	2月23日 (金)	2月24日 (土)
昼	ご飯・味噌汁 カレイの煮付け 鶏じゃが ぜんまいの和え物	ご飯・味噌汁 豚肉の中華風炒め 塩昆布和え 金時豆	ご飯・味噌汁 コーンクリームシチュー 青菜のお浸し しゅうまい	ご飯・味噌汁 煮込みハンバーグ 根菜のコンソメ煮 牛乳寒天	ご飯・味噌汁 鮭の塩焼き 切干大根煮 果物	ご飯・味噌汁 赤魚さっぱりダレ 筑前煮 白和え	ご飯・味噌汁 豚肉の生姜焼き ほうれん草のツナサラダ すき昆布煮
夕	ご飯・すまし汁 メンチカツ フレンチサラダ かぶの煮物	ご飯・味噌汁 からあげ いんげんのごま和え 里芋のそぼろ煮	ご飯・すまし汁 赤魚の粕漬け焼き 青菜の煮浸し オニオンサラダ	ご飯・味噌汁 タラの煮付け ジャーマン南瓜 花五目巻き	ご飯・味噌汁 鶏肉鍋焼き風 マセドアンサラダ 茶碗蒸し	ご飯・味噌汁 豚キムチ ブロッコリーサラダ スパニッシュオムレツ	ご飯・味噌汁 サバの塩焼き 小松菜とあさりの蒸し煮 金平ごぼう

	2月25日 (日)	2月26日 (月)	2月27日 (火)	2月28日 (水)	2月29日 (木)
昼	ご飯・すまし汁 鶏つくね ひじき炒り煮 ベーコンポテトサラダ	ご飯・味噌汁 肉豆腐 ツナ和え 温泉卵	ご飯・味噌汁 カレーコロッケ 肉詰めいなりの煮物 キャベツとワカメのサラダ	ご飯・味噌汁 鯖の味噌煮 根菜のけんちん炒め 鶏とキャベツの中華ダレ	ご飯・味噌汁 白身フライ 金平ごぼう ポテトサラダ
夕	ご飯・味噌汁 コロッケ 三角稲荷の煮物 オーロラサラダ	ご飯・味噌汁 ホッケの漬け焼き 白菜のエビ炒め 五目卵焼き	ご飯・味噌汁 酢豚 青菜の辛子和え パンプキンサラダ	ご飯・すまし汁 豚肉とチンゲン菜の卵炒め がんもと里芋の煮物 いんげんのくすみ和え	ご飯・味噌汁 かにたま 青菜の煮浸し 根菜のカレー煮



庄内まちづくり協同組合 虹
 配食センター味彩
 TEL: 24-0010
 FAX: 33-8800