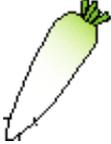
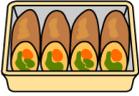




予定献立表

令和7年2月1日～令和7年2月10日

日	朝食	昼食	夕食
1(土)	ごはん みそ汁 白菜の炒め煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん 鮭のホイル焼き 冬野菜のスープ マカロニサラダ コンポート 	ごはん 肉じゃが あんかけ茶碗蒸し 青菜のポン酢和え 
竹ハ即力 2(日)	ごはん みそ汁 アスパラの塩炒め 佃煮 牛乳 	福ごはん 鶏のくわ焼き 千切野菜のすまし汁 菜花の味噌和え フルーツ 	ごはん スパニッシュオムレツ ぜんまい煮 フレンチサラダ 
3(月)	ごはん みそ汁 金平風 ふりかけ コア・コア 	太巻き寿司(代替えは煮魚) すまし汁 かぶのくず煮 イチゴプリン 	ごはん ロールキャベツ 芋金平 トマトサラダ 
4(火)	ごはん みそ汁 はんぺんの卵とじ 佃煮 牛乳 	ごはん 鯖の生姜焼き けんちん汁 白菜の酢の物 フルーツ 	ごはん ポークソテー 切り干し大根の煮物 ビーフンサラダ 
5(水)	ごはん みそ汁 南瓜ソテー ふりかけ 牛乳 	ごはん かに玉 水餃子のスープ 菜花のサラダ フルーツ 	ごはん 赤魚の煮付け アスパラのソテー もずく酢 
6(木)	ごはん みそ汁 ブロッコリーの炒め煮 佃煮 アシド・ミルク 	ごはん 煮込みハンバーグ ポトフスープ 大根サラダ フルーツ 	ごはん 団子揚げ 小松菜と豚肉のソテー 春雨の酢の物 
7(金)	ごはん みそ汁 ケチャップ炒め ふりかけ 牛乳 	味噌ラーメン(代替えは回鍋肉) さつま芋の甘煮 蒸鶏サラダ 杏仁豆腐 	ごはん 親子煮 金時豆煮 三色和え 
8(土)	ごはん みそ汁 大根煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん 野菜の肉巻き照り焼き風 豆乳汁 千切り野菜のサラダ フルーツ 	ごはん 寄せ鍋 里芋の味噌田楽 玉子豆腐 
9(日)	ごはん みそ汁 野菜ソテー 佃煮 牛乳 	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き ふきの炒め煮 ながいもサラダ フルーツ 	ごはん 肉豆腐 青菜のさっと煮 かぶの柚香あえ 
10(月)	ごはん みそ汁 麩の煮付け ふりかけ イチゴヨーグルト 	ごはん 豚肉の味噌漬け焼き 玉子スープ さつまいもサラダ フルーツ 	ごはん 鯖の幽庵焼き 炒り豆腐 青菜のなめたけ和え 