



2月献立表



サニーステージ玉川学園

朝食



昼食

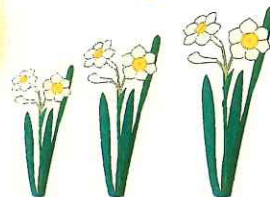
おやつ

夕食



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。

節分



	2月1日(日)	2月2日(月)	2月3日(火)	2月4日(水)	2月5日(木)	2月6日(金)	2月7日(土)
朝食	ロールパンサンド ハムとカリフラワーのカレー炒め コンソメスープ 牛乳	ツナ入り野菜炒め じゃが芋のおおさけ和え 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	チーズリゾット ほうれん草と卵のソテー スパゲティサラダ ジュース	ポパイエッグ カリフラワーサラダ 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	白菜の中華炒煮 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) オクラのしょうが和え 梅干 ミックスジュース 御飯 みそ汁	玉子雑炊 里芋ごまよこし キャベツのポン酢和え 牛乳
昼食	麻婆豆腐 春巻 春雨と蒸し鶏のサラダ 御飯 スープ	タラの柚子味噌焼 大根のベーコン煮 オクラのポン酢和え 御飯 すまし汁	節分 太巻き 稲荷寿司	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	きのこあんかけうどん コロッケ れんこんのごまマヨ和え フルーツ	ビビンバ 水餃子 小松菜の中華和え 漬物 スープ	チキンソテーマトソース イタリアンサラダ ストロベリーヨーグルト 御飯 スープ
おやつ	バームクーヘン	おやつレク	虎さんシュークリーム	味噌饅頭	チョコパン	みたらしだんご	きなこプリン 黒みつかけ
夕食	鶏肉のおろし煮 れんこん金平 春菊のわさび和え 御飯 みそ汁	ちぐさ焼 がんも野菜の煮物 ごぼうサラダ わかめ御飯 みそ汁	鶏肉と野菜のオイスター煮 さつまいもの甘煮 ブロッコリーの和えもの 御飯 みそ汁	おでん 揚げなすの田楽 パインムース 茶飯 すまし汁	揚げかれのいもみじおろし添え 高野豆腐の煮物 きゅうりの和え物 御飯 みそ汁	肉豆腐 だし巻たまご 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 はんぺんの磯辺揚げ かぼちゃサラダ 御飯 みそ汁
	2月8日(日)	2月9日(月)	2月10日(火)	2月11日(水)	2月12日(木)	2月13日(金)	2月14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 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	お魚豆腐揚げの煮付 ほうれん草のおぼろ和え のり佃煮 ジュース 御飯 みそ汁	茄子とひき肉の甘辛炒め 菜の花のごま和え 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	巣ごもり卵 花野菜サラダ ふりかけ 牛乳 御飯 みそ汁	かぶと生揚げの甘辛炒め 白菜のお浸し 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	かに風味雑炊 野菜つみれの煮物 チンゲンサイの海苔和え 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	とんかつ ひじきの炒り煮 フルーツ 御飯 みそ汁	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	長崎風ちゃんぽん 揚げ肉巻 海草サラダ バナナムース	オムライス 梅ささみフライ いんげんのごまマヨネーズ和え スープ	バレンタイン ハッシュドビーフ
おやつ	豆入り蒸しパン	コーヒーゼリー	たい焼き	パンブディング	あんぱん	小豆ミルクかん	チョコレートパフェ
夕食	鶏大根 なすの香味和え チンゲンサイのお浸し 御飯 みそ汁	和風玉子炒め 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 いんげんのピーナッツ和え 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	クリーミーコロッケ 大根の帆立風煮 キャベツのくるみ和え 御飯 みそ汁	豚肉の柳川風 なすの煮浸し みぞれ和え 御飯 みそ汁	さばの味噌煮 れんこんのごま炒め 酢の物 御飯 すまし汁
	2月15日(日)	2月16日(月)	2月17日(火)	2月18日(水)	2月19日(木)	2月20日(金)	2月21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 スクランブルエッグ 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ッツ和え 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	フィッシュソーサーの炒め物 花野菜のサラダ ふりかけ 牛乳 御飯 みそ汁	はんぺんの煮物 ツナ和え 漬物 ミックスジュース 御飯 みそ汁	にら玉雑炊 いわしのつみれ煮 なめたけ和え 牛乳
昼食	回鍋肉 小籠包 ナムル 御飯 中華スープ	豆腐ハンバーグボン酢だれ 青菜とエリンギのソテー タラモサラダ 御飯 みそ汁	麦とろろ牛丼 青菜と油揚げの煮浸し 漬物 みそ汁	赤飯 天ぷら ふろふき大根 フルーツ みそ汁	山菜おろしそば じゃが芋のそぼろ煮 竹輪サラダ コンポート	カレーライス グリーンサラダ フルーツ コンソメスープ	たらの甘酢あんかけ 竹輪のおおさ炒め 浅漬 御飯 みそ汁
おやつ	芋入りしるこ	おやつレク	マンゴープリン	いちご抹茶ケーキ	クリームパン	どら焼き(抹茶あん)	牛乳零 黒みつきなこかけ
夕食	鶏肉のカレー炒め 煮奴 春菊の辛子和え 御飯 みそ汁	肉団子の甘酢炒め ビーフンソテー 中華サラダ 御飯 中華スープ	焼豆腐と豚肉の五目旨煮 はんぺんのマヨネーズ焼き しらすおろし 御飯 みそ汁	あじの蒲焼風 炒り豆腐 なます 御飯 みそ汁	鶏肉の野菜あんかけ 高野豆腐の煮物 わかめの酢の物 御飯 みそ汁	豆腐と根菜の生姜煮 かぼちゃフライ 菜の花のわさび和え 御飯 みそ汁	豚肉と厚揚げの信州煮 ひじきの五目煮物 切干大根のハリハリ和え 御飯 すまし汁
	2月22日(日)	2月23日(月)	2月24日(火)	2月25日(水)	2月26日(木)	2月27日(金)	2月28日(土)
朝食	ポークビーンズ ブロッコリーとツナのソテー かぶのサラダ パン 牛乳	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	さつま揚げの甘辛炒め キャベツと塩昆布の和え物 鯛みそ ジュース 御飯 みそ汁	生揚げの土佐煮 春菊のごま和え 漬物 牛乳 御飯 みそ汁	がんもと野菜の煮付 小松菜のくるみおろし ふりかけ 牛乳 御飯 みそ汁	玉子とじ 菜の花とえのきの和え物 納豆 ミックスジュース 御飯 みそ汁	きのこ雑炊 大根の味噌煮 小松菜のゆず醤油和え 牛乳
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	ラーメン	しらすチャーハン 八宝菜 中華風冷奴 漬物 スープ	鶏肉の唐揚げ 切干大根の煮物 花野菜サラダ 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	さわらの味噌かけ ふきの甘辛炒め フルーツ 御飯 かきたま汁	ドライカレー マカロニのクリーム煮 フルーツ スープ
おやつ	抹茶の蒸しケーキ	吹雪饅頭	抹茶ミルク寒天 小豆かけ	スイスロール	おしるこ	マロンババロア	きなこ蒸しパン
夕食	生揚げと牛肉の甘辛煮 玉子炒め 昆布豆 御飯 みそ汁	鯖の煮付け山椒風味 いんげんと竹輪の炒め ブロッコリーの辛子和え 御飯 みそ汁	豚肉のオイスター炒め かぼちゃのレモン煮 ほうれん草の菜種和え 御飯 みそ汁	たらのおろしポン酢 ポテトサラダ おくらのおかか和え 御飯 みそ汁	かに玉風 白菜と小えびの中華炒め 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 いんげんの生姜和え 御飯 すまし汁	豆腐の旨煮 なすとピーマンの味噌炒め 酢の物 菜めし御飯 すまし汁

※献立が一部変更になることがございます。ご了承ください。

国内産のお米を使用しています。