

月間メニュー表

2008年02月 【常食A】

	日	月	火	水	木	金 1日	土 2日
朝食						御飯 野菜汁 豆腐五目煮 小松菜のおひたし 牛乳	御飯 夕袴とワカメの味噌汁 オクラ納豆 金平ごぼう きゅうりぬか漬け 牛乳
昼食						御飯 えびのレモン塩炒め とろみ煮 だいこん一夜漬け 果物（オレンジ）	御飯 酢豚Ⅰ もやしナムル 果物（バナナ）
夕食						御飯 牛肉和風ステーキ 白菜のコールスロー じゃがいも梅肉和え	御飯 かじき照り焼き キャベツピーナッツ和え
	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
朝食	御飯 かぶの味噌汁 牛大根しょうが煮 白菜ごま和え 牛乳	御飯 のっぺい汁 高野豆腐卵とじ煮 きゅうりとかぶ酢のもの 牛乳	御飯 豆腐の味噌汁 さわら西京づけ ターツァイと卵炒め 牛乳	御飯 しじみ汁 和風巣ごもり卵 きゅうりといかわさび 酢和え 牛乳	御飯 キャベツの味噌汁 炒り鶏Ⅰ もやし梅肉和え 牛乳	御飯 大根の味噌汁 干草焼き 五目豆 牛乳	御飯 かき玉汁 豆腐五目煮 さやいんげん炒め 牛乳
昼食	カレーピラフ ポテトサラダ 果物（いちご）	御飯 かじきのチリソース なす香味炒め 青菜切りごまかけ 果物（バナナ）	御飯 八杯豆腐 野菜揚げ いか黄身酢和え	カツ丼 キャベツの味噌汁 ブロッコリーサラダ えのきとオクラからし 和え	御飯 ぶり照り焼き えのきと豚肉中華風炒め きゅうり和え混ぜ	御飯 牛肉和風ステーキ 生野菜 果物（オレンジ）	御飯 揚げ鶏南蛮づけ 青菜とえび炒め 菜の花和え
夕食	御飯 さんまの塩焼き 切干しだいこん炒り煮 はるさめ酢のもの	御飯 鶏肉立田揚げ さといものりまぶし トマトのオクラがけ	御飯 豚肉八宝菜Ⅰ 金平ごぼう はるさめとトマト酢のもの	御飯 かじき照り焼き 一口がんとひじき煮 つけ	御飯 生揚げ家常豆腐 ピーマンとじゃこ炒り 煮 トマトのオクラがけ	御飯 さばみそ煮しらがねぎ かけ にんじんの金平 キャベツピーナッツ和え	御飯 たらみそ粕焼き ポテトときのこソテー ひじきごまネーズ
	10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
朝食	御飯 しじみ汁 鶏ささ身梅しそ巻き焼き 野菜いかソテー 牛乳	御飯 あじ魚田 温泉卵しょうがあん 牛乳	御飯 玉ねぎの味噌汁 干草焼き じゃがいも山海煮つけ 牛乳	御飯 白菜の味噌汁 ししゃも 五目豆 えのきと豚肉中華風炒め	御飯 さつま汁 擬製豆腐 キャベツちくわ入りご ま酢和え 牛乳	御飯 かぶの味噌汁 炒り鶏Ⅰ ほうれんそうしその実 和え 牛乳	御飯 キャベツの味噌汁 豆腐五目煮 もやしとほうれんそう コーン入りソテー 牛乳
昼食	山かけ丼 沢煮椀 田楽風 ほうれんそうゆずしめ じ	御飯 豚肉のオイスターソ ース炒め チンゲンツァイクリ ーム煮 白菜レモン和え	御飯 生さけバター焼きバジ リコ風味 セロリー炒り かぶ梅肉和え	御飯 豆腐ハンバーグⅠ 青菜とえび炒め もやしピーナッツパ ター和え	御飯 ちらし寿司 あさり汁 鶏肉梅酒煮 菜の花和え	御飯 芙蓉蟹 えのきと豚肉中華風炒 め 大豆もやしときゅうり ナムル	御飯 まいたけのスパゲティ ポテトサラダ 果物（オレンジ）
夕食	御飯 エッグコロケⅠ 白菜のコールスロー キャベツと炒り豚から し和え 果物（りんご）	御飯 蝦仁豆腐 金平れんこん 長いも天ぷら	御飯 牛肉すき焼き えのきとオクラからし 和え 果物（キウイ）	御飯 かのご揚げ ブロッコリーサラダ オクラからし和え	御飯 メルルーサホイール焼き まいたけの炒め煮 五色なます	御飯 さばカレー香り揚げ 白菜のコールスロー 青菜切りごまかけ	御飯 ぎんだら西京づけ焼き かぼちゃ煮つけ にんじんの金平
	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
朝食	御飯 けんちん汁 厚焼き卵 オクラ納豆 牛乳	御飯 きす梅焼き ひじき豆腐 ほうれんそうと鶏肉香 味しょうゆ和え 牛乳	御飯 大根の味噌汁 鶏肉と白いんげんシ チュー グリーンアスパラガス の炒め煮	御飯 しじみ汁 和風巣ごもり卵 ほうれんそうとしらす ナムル 牛乳	御飯 かぶの味噌汁 ししゃも じゃがいもと卵ベーコ ン炒め 牛乳	御飯 玉葱の味噌汁 豚肉とさといも炒め煮 えのき卸し 牛乳	御飯 かき玉汁 豆腐みそ炒め ほうれんそうとしらす ナムル
昼食	御飯 たらみそ粕焼き 白菜と生揚げ炒め 小松菜しょうゆかけ	御飯 豚肉和風ステーキ えのきたけバター炒め ブロッコリーサラダ	御飯 天ぷらそば 白菜と生揚げ炒め きゅうりとたこ酢のも の	御飯 かきみそグラタン 五色サラダ ほうれんそうと鶏肉香 味しょうゆ和え	御飯 豚肉八宝菜Ⅰ はるさめ中華風炒め もやしナムル	御飯 揚げ卵五目あんかけ うの花炒り 白菜磯巻き	御飯 えびクリーミーコロッ ケトマトソース トマトカップサラダ 果物（キウイ）
夕食	御飯 鶏肉ストロガノフ風 生野菜 果物（りんご）	御飯 揚げ卵五目あんかけ じゃがいもカレー煮 いか真砂和え	御飯 あじコーン衣焼き ひじき炒り煮 蒸しなすからししょう ゆかけ	御飯 牛肉ミニッツステーキ セロリー炒り 小松菜わさびしょうゆ かけ	御飯 豆腐ハンバーグⅡ チーズ入りサラダ ほうれんそうゆずしめ じ	御飯 さば香味焼き なすと鶏肉の炒め煮 白菜レモン和え	御飯 卵ときくらげ炒め物 きゅうりとたけのこ華 風酢のもの キャベツ酢のもの
	24日	25日	26日	27日	28日	29日	
朝食	御飯 キャベツの味噌汁 いわし蒲焼き風 しらたきと豚肉の炒め 煮 牛乳	御飯 しじみ汁 五目豆腐 さやいんげん炒め 牛乳	御飯 牛大根しょうが煮 じゃがいもと野菜ソ テー 牛乳	御飯 なめこの味噌汁 さらさ焼き卵 ほうれんそうとまぐろ 油つけマヨネーズ和え 牛乳	御飯 白菜の味噌汁 ぎんだら西京づけ焼き 八宝なます 牛乳	御飯 味噌汁 鶏肉とさつま揚げ炒め 煮 小松菜わさびしょうゆ かけ	
昼食	御飯 揚げ豆腐甘酢あんかけ ちくわ磯辺揚げ きゅうりとみかん卸し 和え	御飯 豚肉みそ風味焼き いかだいこん きゅうりとかぶ酢のも の	御飯 卵とほうれんそうグラ タン コールスローサラダ 果物（バナナ）	御飯 メルルーサカレー煮 かぼちゃ天火焼き 小松菜わさびしょうゆ かけ	御飯 鶏肉と春野菜炒め煮 金平れんこん きゅうりといかわさび 酢和え	御飯 八杯豆腐 えのきと豚肉中華風炒 め もやし梅肉和え	
夕食	御飯 鶏肉ワイン蒸し フレンチサラダ いんげんの和え物	御飯 さわらマヨネーズ焼き ターツァイと卵炒め 京菜からし和え	御飯 さば立田揚げ 菜の花和え トマトのオクラがけ	御飯 豚肉ピーナッツ炒め キャベツトマト煮 たたきごぼう	御飯 親子煮Ⅲ さつまいも香り揚げ 大豆もやしザーサイ和 え	御飯 赤魚竜田揚げ かぼちゃそぼろ煮 ふき山吹和え	