

2026年2月 月間献立表

朝			昼			夕			朝			昼			夕			朝			昼		
2 月 1 日 (日)	米飯 みそ汁 豆乳 牛乳	米飯 鮭のちゃんちゃん焼 カリフラワーのコリッキー煮 ツナサラダ すまし汁	米飯 豚肉の甘酢炒め 付) イングリット 白菜のなめ茸和え 杏仁豆腐 春雨スープ	2 月 11 日 (水)	米飯 みそ汁 切干大根の煮物 金山時みそ ヨーグルト	米飯 させい豆腐 付) 南瓜 わけり草のピーナッツ和え レバーの甘辛煮 すまし汁	米飯 豚バラ肉の中華煮 フルーツ	2 月 21 日 (土)	米飯 味噌汁 牛乳	米飯 ブリのおろし煮 付) かぼちゃ 春巻き 春菊のおかか和え すまし汁	米飯 タンドリーチキン 付) キャベツソテー かぶの煮物 フルーツ オクラのスープ												
2 月 2 日 (月)	米飯 みそ汁 れんこんと昆布の煮物 もろみみそ 牛乳	米飯 鶏の唐揚げ 付) キャベツ ごぼうの炒め煮 フルーツ すまし汁	雑穀ごはん 魚のコーンマヨ焼き 付) カリフラワー 野菜と豆のカレー炒め 青菜ともやしの梅和え おくらのスープ	2 月 12 日 (木)	米飯 みそ汁 湯葉と昆布の彩り和え ひじきのり 牛乳	パン チキンステーキ 付) 湯葉 キャベツとチーズのスクランブル ぶどうゼリー コーンスープ	米飯 ひらすの柚庵焼き 付) 春菊あえもの 春雨と豚の甘辛炒め わらとメカブの和え物 すまし汁	2 月 22 日 (日)	米飯 味噌汁 牛乳	米飯 牛肉の焼肉炒め 心くさ焼き フルーツ 春雨スープ	米飯 魚の磯部焼き 付) キャベツソテーイケツとキノコの炒め物 揚げ茄子ポン酢かけ すまし汁												
2 月 3 日 (火)	米飯 みそ汁 豆と野菜の彩り煮 ひじきのり 牛乳	節分 巻き・いなり寿司 ひらすの蒲焼き 付) かぶ 福豆(卵ボーロ) そうめん汁	米飯 寄せ鍋煮込み フルーツ	2 月 13 日 (金)	米飯 みそ汁 大豆と昆布の煮物 たいみそ 牛乳	バレンタインデー キャロットライス ビーフシチュー コールス-ラダ チョコパバロア	米飯 魚の田楽 付) かぶ 白菜のポン酢あえ フルーツ すまし汁	2 月 23 日 (月)	米飯 味噌汁 厚揚げの彩りあんかけ ひじきのり ヨーグルト	米飯 ひらすのみりん漬焼き 付) 大根なます 卵の花 わけり草のナムル 豆乳みそ汁	米飯 野菜たっぷりポトフ フルーツ												
2 月 4 日 (水)	米飯 みそ汁 わけり草の白和え たいみそ 牛乳	ポークカレー フレッシュサラダ フルーチェ	米飯 さばの磯部焼き 付) 焼きナス 糸こんの五目炒め わけり草のごまよごし すまし汁	2 月 14 日 (土)	米飯 みそ汁 鶏そぼろ卵焼き もろみみそ 牛乳	米飯 さばの焼き浸し 付) もやし和え物 豚肉と青菜のゴマ炒め フルーツ 赤だし	雑穀ごはん 豚肉のカレー炒め 付) きのこソテー 里芋のそぼろ煮 大根のドレッシング和え キャベツのスープ	2 月 24 日 (火)	米飯 味噌汁 金平ごぼう もろみみそ 牛乳	親子丼 大根の梅煮和え フルーツ すまし汁	米飯 かのしそチーズ焼き 付) 野菜ソテー 南瓜の和風ミルク煮 小松菜のごま和え 白菜のスープ												
2 月 5 日 (木)	米飯 みそ汁 だけのこの煮物 ゆずみそ ヨーグルト	米飯 魚ステーキ 付) 人参グラッセ チゲソ菜の塩麹炒め スパゲティサラダ 大根のスープ	米飯 鶏の冷部煮 付) かぼちゃ お好み焼き フルーツ すまし汁	2 月 15 日 (金)	米飯 味噌汁 ひじきの煮物 のりたまごぶりかけ 牛乳	米飯 ひらすの利休焼き 付) さつま芋甘煮 わけり草の卵炒め 春雨の酢の物 すまし汁	米飯 おでん フルーツ	2 月 25 日 (水)	米飯 味噌汁 切干大根の煮物 たいみそ 牛乳	雑穀ごはん さばの味噌煮 付) なす キャベツの黒胡椒炒め とろろ芋 かき玉汁	米飯 ハ宝菜 ミモザサラダ フルーツ 中華スープ												
2 月 6 日 (金)	米飯 みそ汁 湯豆腐 のり佃煮 牛乳	米飯 つくね焼き 付) モツのゴマ風味あえ 酢味噌和え フルーツ すまし汁	米飯 さばのリース蒲焼き 付) カリフラワー風味 のっべき煮 オクラとサミのサラダ すまし汁	2 月 16 日 (月)	米飯 味噌汁 豆乳がんも煮 ゆずみそ 牛乳	チキンカレー 海藻サラダ フルーツヨーグルト	米飯 白身魚とキノコのホイル蒸し ごぼうとコショウ炒め煮 小松菜のじゃこおろし すまし汁	2 月 26 日 (木)	米飯 味噌汁 鶏そぼろ卵焼き ゆずみそ 牛乳	米飯 豚肉のしょうが焼き 付) もやしソテー しらたきの真砂炒め フルーツ すまし汁	米飯 赤魚のポン酢焼き 付) おくら和え 肉団子のケチャップ煮 白和え すまし汁												
2 月 7 日 (土)	米飯 みそ汁 ぬれ いりこみそ 牛乳	米飯 ひらすの焼き浸し 付) 大根なます さつま芋のりんご煮 菜の花のおひたし きのこ汁	米飯 手作りロールキャベツ フルーツ	2 月 17 日 (火)	米飯 味噌汁 れんこんと昆布の煮物 いりこみそ ヨーグルト	米飯 ぶりの韓国風漬け焼き 付) イカソテー ビーフン炒め 菜種あえ もやしとじゃこのスープ	米飯 イタリアンオムレツ 付) ブロッコリー キャベツと豆のイタリアン フルーツ じゃが芋のミルク	2 月 27 日 (金)	米飯 味噌汁 大豆五目煮 のりたまごぶりかけ 牛乳	サンディッチ 野菜のとろみ煮 ぶどうゼリー ミネストローネ	米飯 鶏肉の豆乳鍋 フルーツ												
2 月 8 日 (日)	米飯 みそ汁 おくらのおかか和え たらこぶりかけ 牛乳	米飯 豚肉の葱塩焼き 里芋のマヨサラダ フルーツ 白菜のスープ	雑穀ごはん ぶりの薬味かけ 付) 烹きナス 豚肉とれんこん炒め煮 青菜と桜花の和え物 すまし汁	2 月 18 日 (水)	米飯 味噌汁 豆と野菜の彩り煮 のり佃煮 牛乳	米飯 酢豚 ひじきのゴマドレ和え フルーツ 卵スープ	米飯 赤魚の香味焼き 付) 小松菜和え 筑前煮 マカロニサラダ すまし汁	2 月 28 日 (土)	米飯 味噌汁 湯葉と昆布の彩り和え のり佃煮 牛乳	米飯 鶏肉のピーナッツ焼き 付) 茄子ソテー 白菜のたくあん和え フルーツ すまし汁	米飯 えび玉風 付) ほうれん草ソテー 豚肉と茄子のゴマ炒め 豆腐の和風ムース ワタスープ												
2 月 9 日 (月)	米飯 みそ汁 金平ごぼう こんぶ佃煮 牛乳	米飯 海老マヨ 付) ピーマソテー カリフラワーの煮物 白菜の塩昆布あえ 卵とコーンのスープ	米飯 牛肉のガーリック醤油焼き 付) もやしソテー キャベツの和風サラダ フルーツ わかめスープ	2 月 19 日 (木)	米飯 味噌汁 だけのこの煮物 金山時みそ 牛乳	米飯 魚のヒルトウソース 付) ほうれん草 がんもの煮物 カリフラワーのゴマ味噌あえ コンソメスープ	米飯 すき焼き風煮込み フルーツ	月 日	月 日	月 日	月 日												
2 月 10 日 (火)	米飯 みそ汁 厚揚げの彩りあんかけ のりかつおぶりかけ 牛乳	米飯 柳川風 わかめと胡瓜の酢の物 フルーツ すまし汁	米飯 赤魚の梅煮 付) なす 小松菜の塩炒め 南瓜サラダ すまし汁	2 月 20 日 (金)	米飯 味噌汁 わけり草の白和え たらこぶりかけ 牛乳	スパゲティオーリーナ たまごサラダ プリン	雑穀ごはん 魚と芋の味噌チーズ焼 付) キャベツソテー 白菜の香り和え レバーの甘辛煮 すまし汁	月 日	月 日	月 日	月 日												



<今月のイベント>
2/3(火) 節分 2/13(金) バレンタインデー
 ※献立の内容は変更になることがありますのでご了承ください。