

日付	江古田の森 R7年2月献立表 別途 事業所によりおやつ提供あり 江古田の森では2/2 節分の日に 厨房手づくり！！海苔の代わり に卵シートで巻いた太巻きか ちらし寿司の行事食が提供されます。 						02月01日(土)
朝							御飯 オムレツ 付)ｸﾞﾘﾙ野菜 マカロニサラダ ふりかけ(さけ) みそ汁(畑菜・えのき) 牛乳
昼							御飯 白身魚のﾊﾞｼﾞﾙ焼き 付)いんげん かぶのｺﾝﾎﾞ煮 ﾌﾙｰﾂ(ｷｳｲ) みそ汁(ほうれん草・おつゆ麴)
夕							御飯 肉豆腐 じゃが芋のたらこ炒め ﾌﾞﾛｯｺﾘｰサラダ ﾌﾙｰﾂ缶(黄桃)
日付	02月02日(日)	02月03日(月)	02月04日(火)	02月05日(水)	02月06日(木)	02月07日(金)	02月08日(土)
朝	御飯 厚揚げの甘辛煮 ｷｬﾍﾞﾂとﾂﾅのサラダ のり佃煮 みそ汁(さつま芋・かぶ葉) 牛乳	御飯 鮭の塩焼き 付)いんげん ほうれん草の和え物 たいみそ みそ汁(豆腐・貝割) 牛乳	御飯 一口がんもの煮物 白菜のわさび和え あみえび佃煮 みそ汁(かぶ・大根葉) 牛乳	御飯 ちくわの炒り煮 ﾁﾝｹﾞﾝ菜のお浸し ふりかけ(かつお) みそ汁(冬瓜・えのき) 牛乳	御飯 炒り豆腐 ほうれん草のﾋｰﾅｯﾂ和え うめびしお みそ汁(うずまき麴・長葱) 牛乳	御飯 だし巻卵 付)うずら豆 ｵｸﾗのおかか和え ふりかけ(しそ) みそ汁(もやし・ﾌｻﾓ) 牛乳	御飯 野菜つみれの煮物 しろなのごま和え のり佃煮 みそ汁(長葱・油揚げ) 牛乳
昼	◎節分◎ ・恵方巻き とりつくね 付)ﾋｰﾏﾝ 昆布豆 けんちん汁	御飯 豚肉の玉葱ソース炒め 冬瓜のくず煮 ﾌﾙｰﾂ(ﾊﾞﾅﾅ) みそ汁(もやし・油揚げ)	御飯 ﾏﾙの煮付け 付)ｵｸﾗ・花人参 なすの肉味噌かけ ﾌﾙｰﾂ(ｵﾚﾝｼﾞ) お吸物(小松菜・うずまき麴)	御飯 かつとじ えびとﾌﾞﾛｯｺﾘｰの和え物 ﾌﾙｰﾂ缶(ﾊﾞｲﾝ) みそ汁(豆腐・ﾌｻﾓ)	御飯 鮭の塩麴焼き 付)ｱｽﾊﾟﾗ かぶの信田煮 なすのおろし醤油和え みそ汁(玉葱・しめじ)	御飯 鶏肉のみそ焼き 付)小松菜 いんげんの和風ﾏﾕﾈｰｽﾞ和え ﾌﾙｰﾂ缶(みかん) みそ汁(大根・貝割)	御飯 黄金かれのい照り煮 付)花麴・きぬさや きんぴらごぼう ﾌﾙｰﾂ缶(洋梨) みそ汁(ﾁﾝｹﾞﾝ菜・玉葱)
夕	御飯 白身魚の香味焼き 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ 里芋の含め煮 ﾌﾙｰﾂ(ﾊﾞｲﾝ) きゅうりの酢の物	御飯 白身魚の辛子ﾏﾕﾈｰｽﾞ焼き 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ひじきの煮物 ﾌﾙｰﾂ缶(ﾐｯｸｽ) 香の物(しば漬け)	御飯 鶏肉のｹﾁｬｯﾌﾟ焼き 付)ｱｽﾊﾟﾗ ｼﾞｬｰﾏﾝﾎﾂﾄ ﾌﾙｰﾂ缶(黄桃) ｷｬﾛｯﾄサラダ	御飯 さばの漬け焼き 付)青菜 かぼちゃの煮物 ﾌﾙｰﾂ(りんご) きゅうりの生姜醤油和え	御飯 豚肉のﾊﾞﾀｰ醤油焼き 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ 鶏肉と大根の炒め煮 ｷｬﾍﾞﾂの磯和え ﾌﾙｰﾂ缶(ﾏﾝｺﾞｰ)	御飯 白身魚の南蛮漬け 里芋の煮物 二色和え ﾌﾙｰﾂ(ﾊﾞﾅﾅ)	御飯 ﾐｰﾄﾛｰﾌ ﾃﾞﾐｿｰｽ) 付)人参ｸﾞﾗｯｾ・ﾊﾞｽﾀ 冬瓜とえびのスｰﾌﾞ煮 ﾌﾙｰﾂ(ｷｳｲ) ﾋﾞｸﾙｽ
日付	02月09日(日)	02月10日(月)	02月11日(火)	02月12日(水)	02月13日(木)	02月14日(金)	02月15日(土)
朝	御飯 納豆 さつま揚げといんげんの炒め煮 香の物(きゅうり漬け) みそ汁(里芋・ﾌｻﾓ) 牛乳	御飯 白菜とﾂﾅの炒め煮 温泉卵 金山寺みそ みそ汁(もやし・大根葉) 牛乳	御飯 肉詰めいなりの煮物 ｷｬﾍﾞﾂの香味和え ふりかけ(のりたま) みそ汁(小松菜・おつゆ麴) 牛乳	御飯 ふんわり寄せの煮物 なすのﾎﾝ酢和え 香の物(青しその実漬け) みそ汁(しろな・長葱) 牛乳	御飯 ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ 畑菜のおかか和え ふりかけ(さけ) みそ汁(冬瓜・貝割) 牛乳	御飯 厚揚げの含め煮 二色浸し たいみそ みそ汁(もやし・大根葉) 牛乳	御飯 ﾁｷﾝﾋﾞﾝｶﾀ付)いんげん ｷｬﾍﾞﾂサラダ ふりかけ(かつお) みそ汁(冬瓜・油揚げ) 牛乳
昼	御飯 鶏肉のﾀﾙﾄﾞｰｽ焼き 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ｺｰﾙｽﾛｰサラダ ﾌﾙｰﾂ缶(ﾏﾝｺﾞｰ) みそ汁(かぶ・ほうれん草)	御飯 白身魚の梅肉焼き 付)ｵｸﾗ・花人参 さつま芋と昆布の煮物 ﾌﾙｰﾂ缶(黄桃) 具沢山汁	御飯 ﾁｷﾝのｶﾚｰｸﾞﾘﾙ 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ ﾎﾂﾄサラダ ﾌﾙｰﾂ缶(ﾊﾞｲﾝ) ｺﾝﾎﾞｽｰﾌﾞ(冬瓜・かぶ葉)	御飯 ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ソース) 付)ﾋｰﾏﾝ ほうれん草のごまよごし ﾌﾙｰﾂ缶(ﾏﾝｺﾞｰ) みそ汁(さつま芋・大根葉)	御飯 麻婆豆腐 えび焼売 ﾊﾝｻﾝｽｰ 中華ｽｰﾌﾞ(ﾁﾝｹﾞﾝ菜・玉葱)	◎ﾊﾚﾝﾀｲﾝﾃﾞｰ ｹﾁｬｯﾌﾟﾗｲｽ ｺﾛｯｹ盛り合わせ 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ ｶﾘﾌﾗﾜｰのサラダ いちごゼリー ｺﾝﾎﾞｽｰﾌﾞ(ﾌｻﾓ・えのき)	かき揚げそば (具) とりつくね 付)ｱｽﾊﾟﾗ しろなとしめじの和え物
夕	御飯 ほっけの生姜醤油焼き 付)ﾋｰﾏﾝ 肉じゃが ﾌﾙｰﾂ(ｵﾚﾝｼﾞ) かつおおかか	御飯 牛肉のしぐれ煮 卵の花 しろなとかまぼこの和え物 ﾌﾙｰﾂ(りんご)	御飯 さばの山椒焼き 付)大根おろし えびとﾁﾝｹﾞﾝ菜の炒め ﾌﾙｰﾂ(ﾒﾛﾝ) 茶福豆	御飯 豚肉と野菜の塩麴炒め 白菜の信田煮 ﾌﾙｰﾂ(ｵﾚﾝｼﾞ) わかめ佃煮	御飯 たらの生姜煮 付)いんげん・花麴 切干大根の煮物 ｷｬﾍﾞﾂとﾏﾓのサラダ ﾌﾙｰﾂ(ｷｳｲ)	御飯 ﾏﾙのねぎ醤油焼き 付)ｵｸﾗ かぶのそぼろ煮 小松菜の錦糸和え 香の物(しば漬け)	御飯 牛すき煮 温泉卵 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの和風サラダ ﾌﾙｰﾂ缶(みかん)
日付	02月16日(日)	02月17日(月)	02月18日(火)	02月19日(水)	02月20日(木)	02月21日(金)	02月22日(土)
朝	食ﾊﾝ・ｼﾞｬﾑ オムレツ 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ マカロニサラダ ｺﾝﾎﾞｽｰﾌﾞ(小松菜・しめじ) 牛乳	御飯 がんもの煮物 しろなのごま醤油和え 香の物(赤しその実漬け) みそ汁(おつゆ麴・貝割) 牛乳	御飯 冬瓜と鶏肉の煮物 長芋とろろ 昆布豆 みそ汁(畑菜・えのき) 牛乳	御飯 炒り豆腐 ｷｬﾍﾞﾂの磯和え ふりかけ(のりたま) みそ汁(しろな・うずまき麴) 牛乳	御飯 卵とじ 小松菜のお浸し のり佃煮 みそ汁(もやし・ﾌｻﾓ) 牛乳	御飯 さつま揚げと里芋の煮物 ﾁﾝｹﾞﾝ菜とﾂﾅの和え物 ふりかけ(しそ) みそ汁(白菜・椎茸) 牛乳	御飯 だし巻卵 付)うずら豆 ｵｸﾗのなめたけ和え かつおおかか みそ汁(玉葱・油揚げ) 牛乳
昼	御飯 さわらの漬け焼き 付)畑菜 ｲﾅと里芋の煮物 ﾌﾙｰﾂ缶(ﾏﾝｺﾞｰ) みそ汁(もやし・ねぎ)	御飯 松風焼き 付)いんげん かぶのくず煮 ﾌﾙｰﾂ缶(黄桃) お吸物(青菜・しめじ)	御飯 金目鯛の煮付け 付)小松菜・花人参 れんこん金平 ﾌﾙｰﾂ(ｵﾚﾝｼﾞ) 粕汁風	御飯 鶏肉のｸﾘｰﾑソース煮 ﾐﾓｻﾞサラダ ★季節の果物★ ｺﾝﾎﾞｽｰﾌﾞ(玉葱・ほうれん草)	御飯 白身魚のﾌﾗｲ 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ ﾊﾟﾝﾌﾟｷﾝサラダ ﾌﾙｰﾂ缶(ﾐｯｸｽ) みそ汁(かぶ・かぶ葉)	御飯 ﾋｰﾌｼﾞｬｰ ｷｬﾍﾞﾂのサラダ ﾕｰｸﾞﾙﾄﾃﾞｻｰﾄ ﾋﾞｸﾙｽ	御飯 白身魚のﾏｽﾀｰﾄﾞ焼き 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ きんぴらごぼう ﾌﾙｰﾂ(ﾊﾞﾅﾅ) みそ汁(小松菜・おつゆ麴)
夕	野菜ﾋﾞﾗﾌ ｸﾞﾗﾀﾝ ﾐｰﾄﾎｰﾙ ｷｬﾍﾞﾂのサラダ ﾌﾙｰﾂ缶(ﾐｯｸｽ)	御飯 赤魚の西京焼き 付)ｵｸﾗ なすの煮物 白菜のゆず醤油和え ﾌﾙｰﾂ(りんご)	御飯 豚肉と厚揚げのｵｲｽﾀｰ炒め ﾁﾝｹﾞﾝ菜とえびの旨煮 ﾌﾙｰﾂ缶(ﾐｯｸｽ) ｶﾘﾌﾗﾜｰの和え物	御飯 かれの焼き浸し 付)ｵｸﾗ・人参 じゃが芋のｶﾚｰ炒め ﾌﾙｰﾂ(りんご) 香の物(つぼ漬け)	御飯 豚肉の生姜焼き 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ 冬瓜の信田煮 ﾌﾙｰﾂ缶(ﾏﾝｺﾞｰ) ｷｬﾛｯﾄサラダ	御飯 さばの山椒煮 付)いんげん 大根のさっぱり炒め しろなのお浸し ﾌﾙｰﾂ(ｵﾚﾝｼﾞ)	御飯 揚げ鶏の甘酢あんかけ あん) ﾋｰﾌﾝ炒め ほうれん草とｶﾅﾏの和え物 ﾌﾙｰﾂ缶(りんご)
日付	02月23日(日)	02月24日(月)	02月25日(火)	02月26日(水)	02月27日(木)	02月28日(金)	
朝	御飯 ﾌｻｯｼｬﾊﾞｰｸﾞ 付)しろな ｶﾘﾌﾗﾜｰサラダ えびみそ みそ汁(かぶ・かぶ葉) 牛乳	御飯 野菜つみれの煮物 南瓜のごま和え ふりかけ(のりたま) みそ汁(畑菜・おつゆ麴) 牛乳	御飯 肉詰めいなりの煮物 小松菜のおかか和え たいみそ みそ汁(冬瓜・ﾌｻﾓ) 牛乳	御飯 ﾐｰﾄﾎｰﾙ 付)いんげん ﾎﾂﾄサラダ ふりかけ(さけ) みそ汁(玉葱・かぶ葉) 牛乳	御飯 オムレツ 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ほうれん草とﾂﾅの和え物 のり佃煮 みそ汁(長葱・油揚げ) 牛乳		
昼	御飯 豚肉と野菜の甘辛炒め 二色和え ﾌﾙｰﾂ缶(黄桃) みそ汁(さつま芋・えのき)	御飯 鶏の唐揚げ 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ ひじきの煮物 ﾌﾙｰﾂ缶(洋梨) みそ汁(玉葱・大根葉)	御飯 ほっけの照り焼き 付)甘酢生姜 じゃが芋のそぼろ炒め煮 ﾌﾙｰﾂ缶(ﾏﾝｺﾞｰ) みそ汁(大根・うずまき麴)	炒飯 えびと厚揚げのｵｲｽﾀｰソース 杏仁ﾌﾙｰﾂ 白湯ｽｰﾌﾞ(ﾁﾝｹﾞﾝ菜・春雨)	御飯 鶏肉の玉葱ソース 玉葱ソース) 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ れんこんの甘辛炒め ﾌﾙｰﾂ缶(黄桃) みそ汁(ｷｬﾍﾞﾂ・ﾌｻﾓ)	御飯 赤魚の香味焼き 付)うぐいす豆 白菜の煮浸し ﾌﾙｰﾂ(ｷｳｲ) みそ汁(もやし・かぶ葉)	
夕	御飯 鮭のﾁｬﾝﾁｬﾝ焼き 鶏肉と大根の煮物 ﾌﾙｰﾂ(ｷｳｲ) わかめ佃煮	御飯 豚肉の葱塩炒め かぶとえびの煮物 ﾌﾙｰﾂ缶(みかん) きゅうりの生姜醤油和え	御飯 鶏肉の漬け焼き 付)ｷｬﾍﾞﾂ ｱｽﾊﾟﾗｾｰ ﾌﾙｰﾂ(りんご) 浅漬け(白菜)	御飯 ﾏﾙの照り煮 付)花麴・ｵｸﾗ なすの肉味噌かけ 畑菜のわさび和え ﾌﾙｰﾂ(ｵﾚﾝｼﾞ)	御飯 白身魚のみそﾏﾕﾈｰｽﾞ焼き 付)しろな 大根と豚肉の炒め煮 ﾌﾙｰﾂ(ﾊﾞｲﾝ) 香の物(青しその実漬け)	御飯 豚肉のゆず醤油炒め ﾁｬﾌﾞﾁｬ ﾌﾙｰﾂ缶(ﾏﾝｺﾞｰ) きゅうりの塩昆布和え	