

2026年



2月



献立表



	日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
	1	2	3	4	5	6	7
朝	ロールパン はちみつ＆マーガリン ツナポテト ほうれん草ソテー 牛乳	イエローロール ブルーベリー＆マーガリン 具だくさんスープ（ベーコン） 果物 牛乳	黒糖ロール りんごジャム＆マーガリン ミニサラダ（ツナ） コンンスープ 牛乳	ロールパン イチゴジャム 具だくさんスープ（トマト） フルーツゼリー 牛乳	イエローロール マーガリン スクランブルエッグ スープ煮 牛乳	黒糖ロール いちごジャム＆マーガリン 具だくさんスープ（鶏） 果物 牛乳	丸ロール マーメイド＆マーガリン ポトフ ふわふわオムレツ 牛乳
昼	ごはん 蒸し鶏玉ねぎソース 和えもの かき餅汁 果物	ごはん 豚肉の生姜焼き さつまいもの豆煮 インゲンのごま和え	ごはん 鶏肉の甘酢あん しめじと厚揚げのおろし煮 白菜のお浸し	親子丼 冷やっこ のっぺい汁	ごはん 赤魚の煮付け 五目豆 ごま酢和え	ごはん ちゃんちゃん焼き 肉きんぴら 小松菜さなご和え	具だくさんちゃんぽんうどん 白菜のしもん和え アロエヨーグルト
選択食				ぶっかけカレーうどん 小ごはん 冷やっこ	ごはん さわらの山椒みそ焼き 五目豆 ごま酢和え	ビビンバ丼 二色きんぴら ごま和え	
夕	ごはん 白身魚のチリソース なすのそぼろ煮 サウー演	ごはん さばの味噌煮 鶏肉と大根の煮物 山吹和え	寿司盛り合わせ 鰻の塩焼き なまし汁 小松菜のお浸し 節分豆	ごはん 白身魚フライ ポトフ 菜の花としらすの辛子和え	カレーピラフ 南瓜のそぼろ煮 ビーンスサラダ 果物	ごはん 鶏のから揚げ ビーンスサラダ コンソメスープ	ごはん あじの照り焼 ひじき豆 もやし甘酢和え
選択食				ごはん さけのムニエルきのこソース ポトフ 菜の花としらすの辛子和え	辛みそつけ麺 南瓜の煮つけ 酢のもの 果物	ごはん たら香草パン粉焼 ビーンスサラダ ホワイトポタージュ	
	8	9	10	11 建国記念の日	12	13	14
朝	ロールパン はちみつ＆マーガリン ツナポテト ほうれん草ソテー 牛乳	イエローロール ブルーベリー＆マーガリン 具だくさんスープ（ベーコン） ゼリー 牛乳	黒糖ロール りんごジャム＆マーガリン ミニサラダ（トリ） コンンスープ 牛乳	ロールパン イチゴジャム 具だくさんスープ（トマト） 果物 牛乳	イエローロール マーガリン スクランブルエッグ スープ煮 牛乳	黒糖ロール いちごジャム＆マーガリン 具だくさんスープ（鶏） 果物 牛乳	丸ロール マーメイド＆マーガリン ポトフ ふわふわオムレツ 牛乳
昼	ごはん 回鍋肉 中華豆腐 果物	ごはん ハッシュドビーフ マカロニサラダ 果物	ごはん 麻婆豆腐 キャベツとえびのサラダ 果物	ごはん さわらの鰯焼 豚じゃが 煮なます	ごはん 豚肉西京焼き 彩り野菜のジャーマンポテト キャベツとイカの和えもの	ごはん 白身魚の香り焼き けんちん煮 ほうれん草の和え物	ごはん 中華風煮 ジュウマイ ふりかけ
選択食			ごはん 鶏から揚げのマリネ コンソメスープ 大根サラダ	ごはん タラのホイル焼?ポ?ポ?風 彩り野菜のジャーマンポテト キャベツとイカの和えもの	ごはん さわらの梅煮 けんちん煮 ほうれん草の和え物		
夕	ごはん さばの塩焼 鶏のそぼろ煮 ほうれん草白和え	ごはん タンドリーチキン 豆腐洋風煮のこあん なすのマリネ	ごはん あじの生姜焼き 里いもの香り炒め 菜の花のごま和え	ごはん チキン南蛮 厚揚げのみそ炒め煮 白菜の中華和え	ごはん 鶏肉西京焼き 彩り野菜のジャーマンポテト キャベツとイカの和えもの	ごはん ヘルシーミートローフ ポテトサラダ ベイクンスープ	ごはん 魚のマヨネーズ焼き 冬瓜と鶏肉の煮物 れんこんとしじきの白和え フランクフルト
選択食				ごはん 焼き揚げのたし 海老チリソース 白菜の中華和え	牛丼 土佐和え とうふ汁 果物	ごはん 油淋鶏 ポテトサラダ ベイクンスープ	
	15	16	17	18	19	20	21
朝	ロールパン はちみつ＆マーガリン ツナポテト ほうれん草ソテー 牛乳	イエローロール ブルーベリー＆マーガリン 具だくさんスープ（ベーコン） 果物 牛乳	黒糖ロール りんごジャム＆マーガリン ミニサラダ（トリ） コンンスープ 牛乳	ロールパン イチゴジャム 具だくさんスープ（トマト） 果物 牛乳	イエローロール マーガリン スクランブルエッグ スープ煮（カレー） 牛乳	黒糖ロール いちごジャム＆マーガリン 具だくさんスープ（鶏） 果物 牛乳	丸ロール マーメイド＆マーガリン ポトフ ふわふわオムレツ 牛乳
昼	ごはん 鶏の香味焼 炊き合わせ 白菜としらすのお浸し 果物	ごはん ポークカレー 青じょうろサラダ つけもの	具だくさんミートスパゲッティ かぼちゃサラダ 果物	ごはん さわらの山椒焼き 厚揚げと貝柱の旨煮 胡瓜のおかか和え	ごはん 白身魚から揚げ 白菜と豆腐のトロトロ煮 もやしナムル 果物 「白菜」	ごはん ポークソテー エビ炒り卵 もやしナムル 果物	ごはん 豚豚 わかめスープ 中華和えもの 果物
選択食				ごはん タラのから揚げ甘酢あんかけ もやしナムル 卵スープ 果物	ごはん ミートボールマト煮込み じゃがいもバター醤油炒め 和えもの		
夕	ごはん 豆腐ハンバーグ ごぼうの柳川風 土佐和え	ごはん あじ塩焼 とり豆腐 ほうれん草のごま和え	ごはん 白身魚あんかけ 鳥じゃが 小松菜の和え物	ごはん ハンバーグ 野菜とえびのポトフ 大根サラダ	味付ご飯 だし巻き卵 里いもの柚子香煮 菜の花の梅肉和え	ごはん 天ぷら 酢のもの 赤だし	ごはん 白身魚のカレーパン粉焼 卵チャンプルー ツナごぼうサラダ
選択食					味付ご飯 すき焼き風煮 菜の花の梅肉和え	ごはん さばのゴマみそ焼き 炊き合わせ 酢のもの	
	22	23	24	25	26	27	28
朝	ロールパン はちみつ＆マーガリン ツナポテト ほうれん草ソテー 牛乳	イエローロール ブルーベリー＆マーガリン 具だくさんスープ（ベーコン） 果物 牛乳	黒糖ロール りんごジャム＆マーガリン ミニサラダ（ツナ） コンンスープ 牛乳	ロールパン イチゴジャム 具だくさんスープ（トマト） フルーツゼリー 牛乳	イエローロール マーガリン スクランブルエッグ スープ煮 牛乳	黒糖ロール いちごジャム＆マーガリン 具だくさんスープ（鶏） 果物 牛乳	丸ロール マーメイド＆マーガリン ポトフ ふわふわオムレツ 牛乳
昼	ごはん 蒸し鶏玉ねぎソース 和えもの かき餅汁 果物	ごはん 豚肉の生姜焼き さつまいもの豆煮 インゲンのごま和え	ごはん 鶏肉の甘酢あん しめじと厚揚げのおろし煮 白菜のお浸し	親子丼 冷やっこ のっぺい汁	ごはん 赤魚の煮付け 五目豆 ごま酢和え	ごはん ちゃんちゃん焼き 肉きんぴら 小松菜さなご和え	具だくさんちゃんぽんうどん 白菜のしもん和え アロエヨーグルト
選択食				ぶっかけカレーうどん 小ごはん 冷やっこ	ごはん さわらの山椒みそ焼き 五目豆 ごま酢和え	ビビンバ丼 二色きんぴら ごま和え	
夕	ごはん 白身魚のチリソース なすのそぼろ煮 サウー演	ごはん さばの味噌煮 鶏肉と大根の煮物 山吹和え	ごはん 鶏肉と野菜のみそマヨネーズか け キッシュ ふりかけ	ごはん 白身魚フライ ポトフ 菜の花としらすの辛子和え	カレーピラフ 南瓜のそぼろ煮 ビーンスサラダ 果物	ごはん 鶏のから揚げ ビーンスサラダ コンソメスープ	ごはん あじの照り焼 ひじき豆 もやし甘酢和え
選択食				ごはん さけのムニエルきのこソース ポトフ 菜の花としらすの辛子和え	辛みそつけ麺 南瓜の煮つけ 酢のもの 果物	ごはん たら香草パン粉焼 ビーンスサラダ ホワイトポタージュ	

・常食Aの予定献立です。実施献立は都合により、予告なく変更になる場合がございます。

・昼・夕でメニューが2種類載っている日は、選択メニュー実施日です。

・栄養部のページはこちらです。