

2026年2月献立表

※材料の都合により変更する事があります。ご了承ください。

	1日(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
朝食	パン チキンナゲット スープ フルーツ	ごはん ハムチーズピカタ 味噌汁 梅干し	ごはん ポロニアソーセージ 味噌汁 漬物	ごはん 玉子焼き 味噌汁 漬物	ごはん 鶏つみれ 味噌汁 漬物	ごはん ほうれん草オムレツ 味噌汁 漬物	ごはん 里芋のそぼろ煮 味噌汁 漬物
	311kcal	343kcal	390kcal	366kcal	344kcal	309kcal	327kcal
昼食	ごはん 肉団子の中華あん 絹揚げと昆布の煮物 キャベツのリンゴドレサラダ 味噌汁	ごはん 鰯の魚田 キャベツとベーコンのソテー うまい菜のおから和え 味噌汁	巻き寿司 牛蒡と鶏の炒り煮 マカロニサラダ 鰯のつみれ汁 福豆	ごはん ハンバーグ和風ソース 大豆煮 キャベツのレモンドレサラダ ポターージュ	わかめそば 豚の和風炒め <small>うまい菜とツナのパンバンドレサラダ</small>	キーマカレー 漬物 カニクリームコロッケ しろなの香味ドレ和え フルーツ	ごはん 白身魚の生姜煮 卵の花 スパサラダ 味噌汁
	585kcal	538kcal	570kcal	723kcal	489kcal	571kcal	585kcal
夕食	ごはん アブラカレイの山椒煮 大根と鶏の炒め物 もやしと竹輪のゴマドレサラダ 味噌汁	ごはん 鶏と里芋の煮込み 奴豆腐 ブロッコリーとツナのバジルドレサラダ 味噌汁	ごはん 豚のバター醤油炒め 枝豆がんもの煮物 菜の花の真砂和え 味噌汁	ごはん 三色稲荷の炊き合わせ もやしの炒め物 味噌汁 フルーツ	ごはん 肉じゃが イカ袱紗焼き 白菜の辛子和え 味噌汁	ごはん 赤魚のあんかけ 豚と絹揚げの炒め煮 もやしの大葉ドレサラダ 味噌汁	ごはん 豚カツの卵とじ ひじきと干瓢の煮物 赤だし フルーツ
	452kcal	536kcal	548kcal	494kcal	591kcal	555kcal	629kcal
	8日(日)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)
朝食	パン 野菜とわかめの豆乳 スープ フルーツ	ごはん チキンピカタ 味噌汁 漬物	ごはん 千草焼き 味噌汁 梅干し	ごはん 照り焼き風肉団子 味噌汁 漬物	ごはん プレーンオムレツ 味噌汁 漬物	ごはん 大豆ミートバーグ 味噌汁 漬物	ごはん でんぶ入りだし巻き卵 味噌汁 漬物
	384kcal	316kcal	300kcal	330kcal	337kcal	413kcal	328kcal
昼食	ごはん 焼鰯の南蛮漬け 金時豆煮 白菜の和え物 味噌汁	醤油ラーメン えびシューマイ 杏仁豆腐苳ソースかけ	ごはん 鯖の照り煮 大根と鶏の炒め物 南瓜サラダ イナムトウチ(沖縄郷土)	散らし寿司 金平牛蒡 大根のゴマドレサラダ 味噌汁	ごはん タッカルビ 高野のサイコロ煮 味噌汁 フルーツ	中華丼 切り干し大根の煮物 ブロッコリーのスローサラダ 中華スープ	ごはん シロガネダラのコンソメスープ 大豆のカレー炒め しろなお浸し 味噌汁
	453kcal	499kcal	698kcal	509kcal	597kcal	546kcal	490kcal
夕食	ごはん 蒸し鶏洋風香味ソース 高野のサイコロ煮 ブロッコリーのマヨサラダ 味噌汁	ごはん 白身魚の唐揚げ れんこんの炒り煮 卵豆腐 味噌汁	ごはん 鶏の柚子風味グリル ひじきの煮物 カリフラワーのパンバンドレサラダ 味噌汁	ごはん 豚と白菜のすき煮 イカ袱紗焼き 味噌汁 フルーツ	ごはん ホキの揚げ浸し 白菜のトロみ炒め もやしの麺ナムル和え 味噌汁	ごはん 銀ひらすの西京焼き 牛蒡の炒め煮 キャベツの塩ごま和え 清汁	ごはん 鶏の塩麴蒸し じゃが芋の煮物 白菜のピリ辛和え 味噌汁
	558kcal	563kcal	498kcal	552kcal	491kcal	493kcal	534kcal
	15日(日)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
朝食	パン ひじきと豆のマヨサラダ スープ フルーツ	ごはん 擬製豆腐 味噌汁 漬物	ごはん チキンナゲット 味噌汁 漬物	ごはん 豚の筑前煮 味噌汁 梅干し	ごはん 玉子焼き 味噌汁 漬物	ごはん 鶏のグリル 味噌汁 漬物	ごはん 蓮根のしぐれ煮 味噌汁 漬物
	378kcal	298kcal	344kcal	353kcal	370kcal	339kcal	359kcal
昼食	ごはん 豚の香味炒め 奴豆腐葱味噌だれ 菜の花の和え物 清汁	親子丼 高野のサイコロ煮 春雨サラダ 味噌汁	きつねうどん ひじきの炒め煮 カリフラワーの香味ドレサラダ	ごはん 鰯の照り煮 小松菜の炒め物 大根のパンバンドレサラダ 味噌汁	ポークカレー 漬物 コーンクリームコロッケ 青梗菜のおからサラダ フルーツ	ごはん 白身魚の山椒煮 大根の金平 カリフラワーのマヨサラダ 粕汁	ごはん 豚の和風炒め ふろふき大根の田楽 清汁 ミルク寒天とフルーツ缶
	516kcal	592kcal	492kcal	453kcal	695kcal	508kcal	638kcal
夕食	ごはん おでん れんこんの炒め生酢 キャベツの浅漬け	ごはん 白身魚の味噌煮 もやしの炒め物 隠元のバジルドレサラダ 清汁	ごはん 白身魚の竜田揚げ 大根の炒め物 さつま芋サラダ 赤だし	ごはん 合鴨スライスと肉シューマイ 大豆煮 とろろ汁 ヨーグルト杏ソースかけ	ごはん 高野の炊き合わせ キャベツとツナの炒め物 もやしの大葉ドレサラダ 味噌汁	ごはん ハンバーグ野菜ソース 梅尾煮 キャベツの洋風お浸し 味噌汁	ごはん ホキの香草パン粉焼き ベーコンと枝豆のバターソテー ブロッコリーのお浸し 味噌汁
	538kcal	534kcal	564kcal	575kcal	472kcal	550kcal	556kcal
	22日(日)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
朝食	パン ミートオムレツ スープ フルーツ	ごはん かに玉 味噌汁 漬物	ごはん 白身魚のつみれ 味噌汁 漬物	ごはん 5品目具材の玉子焼き 味噌汁 漬物	ごはん かも団子 味噌汁 梅干し	ごはん 玉子焼き 味噌汁 漬物	ごはん スクランブルエッグ 味噌汁 漬物
	300kcal	306kcal	324kcal	307kcal	366kcal	345kcal	355kcal
昼食	ごはん 鶏チリ ひじきの煮物 大根の和え物 味噌汁	ごはん ぶりの照り焼き 里芋の煮物 もやしのリンゴドレサラダ 味噌汁	ごはん 海老マカロニグラタンフライ 大豆煮 青梗菜のたらこマヨサラダ 味噌汁	牛めし 南瓜の含め煮 ポテトサラダ 味噌汁	ごはん 白身魚の中華あん じゃが芋の煮物 かきたま汁 高菜炒め	ごはん 豚の野菜炒め 一口がんもの煮物 隠元のピーナッツドレ和え 味噌汁	ごはん ホッケの塩麴焼き 筍の炒り煮 大根の和風ドレサラダ 味噌汁
	594kcal	566kcal	626kcal	621kcal	581kcal	568kcal	493kcal
夕食	ごはん 鰯の生姜煮 白菜のトロみ炒め ポテトサラダ 味噌汁	ごはん 豚大根 奴豆腐 隠元のパンバンドレサラダ 味噌汁	ごはん 赤魚の西京焼き 蓮根金平 大根の山葵和え 清汁	ごはん 鮭のクリームソースかけ 高野のサイコロ煮 キャベツのアイランドレサラダ 味噌汁	ごはん 鶏のにんにく醤油焼き 大根の煮物 味噌汁 フルーツ	ごはん 寄せ鍋風 金平ごぼう もやしの香味ドレサラダ	ごはん 蒸し鶏レモンバターソース はたけ菜とツナの炒め物 スパゲッティサラダ 味噌汁
	496kcal	521kcal	451kcal	533kcal	458kcal	492kcal	545kcal