



2月のきゅうしょく



2月のもくひょう



楽しく食事をしよう

3日(月)



【節分献立】

- ・米飯
- ・牛乳
- ・かぶのみそ汁
- ・白菜の和え物
- ・いわしの煮付け
- ・福豆

4日(火)



【郷土料理：福井】

- ・牛乳
- ・かに飯
- ・大豆ひじきコロッケ
- ・チンゲンサイとツナのソテー

5日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・マーボー大根
- ・シューマイ
- ・ひじきの和え物

6日(木)



- ・ココアベビー
- ・牛乳
- ・小松菜のクリームスパゲティ
- ・あじミンチフライ
- ・れんこんのソテー
- ・ミルメーク

7日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・親子丼
- ・厚揚げのボン酢かけ
- ・アーモンド小魚

10日(月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・かしのすき焼き
- ・さつまいもごぼうの
カリッと揚げ

12日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・鶏キムチの混ぜご飯
- ・わかめスープ
- ・手作り黒糖アーモンド

13日(木)



- ・黒糖パン
- ・牛乳
- ・高野豆腐の酢豚風
- ・春雨の中華和え

14日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・カレーライス
- ・かぶとツナのサラダ
- ・青島みかん

17日(月)



【郷土料理：福井】

- ・米飯
- ・牛乳
- ・打ち豆汁
- ・赤魚のごまだれ焼き
- ・一口天の煮物

18日(火)



- ・全粒粉コッペ
- ・牛乳
- ・野菜スープ
- ・ミートポテト
- ・スライスチーズ

19日(水)



- ・減量米飯
- ・牛乳
- ・かやくうどん
- ・いかの天ぷら
- ・ひじきの炒め煮

20日(木)



- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・根菜のクリームシチュー
- ・切り干し大根のケチャップ煮
- ・ミルメーク

21日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・厚揚げのキムチ煮
- ・チャブチェ
- ・かみかみ豆

25日(火)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・みぞれ鍋
- ・卵焼き
- ・手作りのり佃煮

26日(水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・すまし汁
- ・さばの塩焼き
- ・小松菜の煮浸し

28日(金)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・ハヤシライス
- ・ほうれん草のサラダ

27日(木)



- ・アップルパン
- ・牛乳
- ・フォー
- ・じゃがいもの炒め物
- ・ヨーグルト

