

# みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	2月2日(日)	2月3日(月)	2月4日(火)	2月5日(水)	2月6日(木)	2月7日(金)	2月8日(土)
<b>朝食</b>	ご飯 みそ汁  昆布の炒り煮 土佐和え 梅干し	ご飯 みそ汁  レバーの甘辛煮 もずくと胡瓜の和え物 漬け物	ご飯 みそ汁  はんぺんの野菜あんかけ 厚焼玉子 海苔佃煮	ご飯 みそ汁  卵の花の炒り煮 ウインナー 漬け物	ご飯 みそ汁  ぜんまいの炒め煮 納豆 金山寺味噌	ご飯 みそ汁  野菜炒め 白花豆 たらこ	ご飯 みそ汁  炒り卵 白菜のポン酢和え たいみそ
	ご飯 みそ汁  太刀魚のおろしポン酢がけ 炒り豆腐 もやしの和え物	大豆ご飯 すまし汁  さばの照り焼き 里芋の煮物 ほうれん草のごま和え	ご飯 みそ汁  スタミナ焼肉 さつま芋の煮物 胡瓜のなめたけ和え	ご飯 みそ汁  白身魚のきのこあんかけ 金平ごぼう りんご	ご飯 クラムチャウダー  チキンソテー たまごサラダ アセロラゼリー	ご飯 中華スープ  八宝菜 ビーフンソテー 杏仁豆腐	ご飯 みそ汁  牛皿 わかめサラダ レモネードゼリー
<b>おやつ</b>	ヨーグルト	節分和菓子	かつばえびせん	やわらかサブレ	チーズババロアシュー	人形焼き	ヨーグルト
<b>夕食</b>	ご飯 トマトスープ  チキンボールのホワイトソースがけ スパゲティナポリタン カリフラワーマリネ	ご飯 みそ汁  鶏肉の唐揚げ ツナサラダ みかん	ご飯 みそ汁  白身魚の塩こうじ焼き 炒り鶏 フルーツヨーグルト	うどん めんつゆ  親子煮 ハム野菜炒め 金時豆の甘煮	ご飯 みそ汁  アジフライ マカロニサラダ ブロッコリーのじゃこ和え	かやくご飯 みそ汁  赤魚の煮つけ 肉じゃが 小松菜の辛子和え	ご飯 すまし汁  白身魚の照り焼き がんもの煮物 春菊のくるみ和え

※ 食品の発注状況等により、献立が変更になる事があります。