



# 2月月間献立表（まごの手献立）



	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	<b>3 節分献立</b>
屋食					マスの旨塩焼き 添) おろし大根 卵と麩の琉球風 姫皮筍とからし菜のお浸し ひじき豆	ホイコーロー カブと油揚げの煮物 茎わかめと長芋のオクラ和え 白花まめ	いわしの梅煮(大豆入り) ちんげん菜と豚肉の炒め こんにゃくと九条ねぎの塩だれ ぬか漬け 華やかミックス甘納豆
	4	5	6	7	8	9	10
屋食	マーボー茄子 里芋といんげんの煮物 枝豆とキャベツのソテー風 しそ昆布	サバの煮付け 海老入りしゅうまい 高菜の胡麻和え 赤かぶ漬	厚揚げのしょうゆ炒め 銀杏と木耳の真丈 ちんげん菜のツナ和え おかか昆布	餡かけ海鮮包み お麩の味噌煮込み 白菜のなめたけ和え うずらまめ	豚肉と3種の野菜塩炒め がんとインゲンの煮物 ひじきの白和え 白菜たまり風味	かに玉風お魚つみれ 南瓜そぼろあん いんげんのピーナッツ和え 甘口キムチ	にしんの生姜煮 えび入りビーフン ほうれん草と大豆のごま和え すだちミックス
	11	12	13	<b>14 バレンタイン献立</b>	15	16	17
屋食	鶏肉と枝豆のオイスター炒め かぼちゃの含め煮 小松菜とわかめの酢味噌和え リンゴダイス	鮭つみれのホワイトソース さつまいもと豚肉のごま味噌煮 サラダ風ポテトうの花 茄子漬け	ソウダガツオの旨塩焼き 添) おろし大根 炊合わせ 人参しりしり 白花まめ	<b>ビーフシチュー</b> <b>ツナとブロッコリーのオイル和え</b> <b>キャベツとコーンのソテー</b> <b>キャロットラペ</b>	マーボー豆腐 野沢菜炒め 根菜マリネ なすしそ風味	タラの甘酢あん 肉じゃが 青梗菜とえのきのお浸し 甘酢大根	春雨と豚肉のしょうゆ炒め さつまいもと白菜の煮浸し 茄子といんげんの生姜あん べったら漬
	18	19	20	21	22	23	24
屋食	肉団子の薄くず餡 べっこう煮 しっとり卵の花 こんぶまめ	豚肉のしぐれ煮風 高野豆腐の野菜餡かけ ほうれん草と切干大根のナムル キャベツの浅漬	白身魚のねぎあんかけ 肉野菜炒め おくらの胡麻和え みかん(皮むき)	あぶらかれいの照煮 レバニラ炒め 小松菜のおろし和え しその実漬け	鶏肉のチリソース はんぺんと小松菜の煮浸し ごぼうのきんぴら ぬか漬け	八宝菜 しゅうまい ブロッコリーの炒り玉子和え 五目豆	彩り野菜のつくね巻 中華風春雨 からし菜のおかか和え しそ昆布
	25	26	27	28	29		
屋食	鶏肉とピーマンの照焼風 トマトソースペンネ ほうれん草コーンソテー すだちミックス	海老のチリソース 炒り豆腐 胡瓜とアカモクの酢の物 刻み大根の梅肉和え	鶏肉とキノコのガーリック風味 さつまいもと昆布の煮物 京うの花 椎茸しぐれ	イワシのつみれ煮 揚げじゃが(青のり) ひじき煮 おみ漬け昆布	タラのみぞれ煮 青菜のけんちん炒め煮 さつまいもと豆の醤油仕立て 白菜たまり風味		