



週間献立表



		2月3日 月曜日	2月4日 火曜日	2月5日 水曜日	2月6日 木曜日	2月7日 金曜日	2月8日 土曜日	2月9日 日曜日
朝食	和食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	洋食	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	パン	パン	レーズンパン	パン	ツイストパン	パン	パン	パン
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	A	しろ菜和え物 マカロニソテー 果物 ご飯	スナップの炒め物 白菜のドレ和え 果物 ご飯	パンプキンサラダ 小松菜の和え物 果物 ご飯	茄子のケチャップ炒め 青梗菜の和え物 果物 ご飯	豆腐の甘辛炒め もやしの炒め物 果物 ご飯	炒り卵 ピーマンの和え物 果物 ご飯	かぶの炒め煮 金時豆 果物 ご飯
	B	カレーうどん 	親子丼 	肉豆腐 	八幡浜ちゃんぽん 	お好み焼き 	田舎散らし 	豚肉のポン酢蒸し 
		いんげんの和え物	なすのソテー 春菊の昆布和え すまし汁	かぶの炒め煮 めかぶの和え物 味噌汁	きのことサラダ デザート	ひじき煮 小松菜のドレ和え 味噌汁	きんぴらごぼう しらなの和え物 お事汁	カリフラワーのガーリックソテー インゲンの和え物 すまし汁
	* 麺類・カレー・シチュー・ハヤシライス等を選択された方には汁物につきませんのでご了承ください。* 写真はイメージです。							
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	とんかつ卵とじ	鶏と里芋の中華炒め	めばるの有馬煮	ハムカツ	赤魚の中華風蒸し	カレイの煮付け	ぶりの幽庵焼き	
	炒り豆腐	南京の煮物	大豆と昆布のうま煮	スパゲティソテー	あんかけ餃子	厚揚げの炒め煮	高野豆腐の卵とじ	
	青梗菜の和え物	根菜サラダ	しろ菜のおかか和え	ピーマンの旨塩和え	しろ菜のナツ和え	ごぼうサラダ	わかめサラダ	
	すまし汁	味噌汁	すまし汁	コンソメスープ	スープ	味噌汁	味噌汁	

仕入れの都合上、献立が変更する場合がございます。ご了承くださいますようよろしくお願い致します。



■ お事汁 ■

おこと汁は別名「六質汁(むしつじる)」とも呼ばれ、芋・大根・人参・牛蒡・小豆・こんにゃくの6種類の具をいれて作ったお味噌汁だそうです。



週間献立表



		2月10日 月曜日	2月11日 火曜日	2月12日 水曜日	2月13日 木曜日	2月14日 金曜日	2月15日 土曜日	2月16日 日曜日	
朝食	和食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	洋食	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	
	パン	パン	レーズンパン	パン	牛乳パン	パン	パン	パン	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
		かぶのあんかけ 春菊のお浸し 果物 ご飯	ウィンナーソテー ほうれん草和え物 果物 ご飯	炒り卵 金時豆 果物 ご飯	青梗菜のソテー マカロニサラダ 果物 ご飯	かワワのソテー 春雨サラダ 果物 ご飯	キャベツの旨塩和え ビーフン炒め 果物 ご飯	豆腐のケチャップ炒め 青梗菜の華風和え 果物	
昼食	A	 豚丼	 鶏と筍の甘辛炒め	 肉団子の甘酢あん	 五目うどん	 ホキの塩焼き	 赤魚の粕漬け焼き	 変わり チャーハンの日	
	B	 豚丼	 鶏と筍の甘辛炒め	 肉団子の甘酢あん	 五目うどん	 ホキの塩焼き	 赤魚の粕漬け焼き	 カレーチャーハン	
			しろなの和え物 果物 すまし汁	ブロッコリーソテー オクラサラダ 味噌汁	キャベツの煮浸し 茄子の和え物 すまし汁	ほうれん草のおひたし	春雨の酢の物 和え物 スープ デザート	大豆のうま煮 いんげんの和え物 味噌汁	パプリカのマリネ 果物
	* 麺類・カレー・シチュー・ハヤシライス等を選択された方には汁物はつきませんのでご了承ください。* 写真はイメージです。								
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
	玉子巻き寿司キンパ風 竹輪といんげんの炒め物 菜の花の和え物 味噌汁	厚揚げと豚肉の炒め物 大根の炒め物 青梗菜のドレ和え すまし汁	散らし寿司(海老) 南瓜の煮物 もやしのナムル 味噌汁	干草焼き 里芋の柚子香煮 オクラの和え物 すまし汁	豆腐のくずあん スナップの炒め物 もやしの中華和え 味噌汁	メンチカツ 茄子のソテー ごぼうサラダ コンソメスープ	アジの煮付け じゃが芋のピリ辛煮 大根のなます すまし汁		

仕入れの都合上、献立が変更する場合がございます。ご了承くださいませようよろしくお願い致します。



■ バレンタイン ■

チョコレートを大切な人に贈るといふ、現在のバレンタインは日本から生まれました。
ホワイトデーも日本発祥ですが、近年はアジア地域にも広がっています。

週間献立表

		2月17日 月曜日	2月18日 火曜日	2月19日 水曜日	2月20日 木曜日	2月21日 金曜日	2月22日 土曜日	2月23日 日曜日
朝食	和食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	洋食	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	パン	パン	クリームエスカルゴ	パン	カスタードロール	パン	パン	パン
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	A	小松菜の和え物 スナップの炒め物 果物 ご飯	野菜のたまごとじ インゲンサラダ 果物 ご飯	厚揚げの炒め煮 マカロニサラダ 果物 ご飯	小松菜ソテー オクラの和え物 果物 ご飯	茄子のケチャップ炒め ポテトサラダ 果物 ご飯	野菜炒め ブロッコリーサラダ 果物 ご飯	ちくわの煮物 もやしの和え物 果物 ご飯
	B	切干大根の目 	鶏のマスタード焼 	醤油ラーメン 	塩梅カレー 	田舎散らし 	豚肉の甘酢あん 	焼うどん 
	塩	切干大根と 牛肉の生姜煮 厚揚げの煮物 しろなの和え物 味噌汁	青梗菜炒め れんこんサラダ すまし汁	白菜サラダ	さつま芋サラダ デザート	炊き合わせ 青梗菜のドレ和え 赤出汁	チャプチェ しろなのナムル すまし汁	青菜の煮浸し 大根サラダ 味噌汁
	* 麺類・カレー・シチュー・ハヤシライス等を選択された方には汁物はつきませんのでご了承ください。* 写真はイメージです。							
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	ぶりの照り焼き	和風ハンバーグ	赤魚の磯部焼き	オープンオムレツ	キャベツと豆腐の味噌炒め	アジフライ	蒸し鱈の香味ソース	
	南瓜の煮物	茄子の煮浸し	シュウマイ	かぶのソテー	もやしの炒め物	きのこのソテー	厚揚げの煮物	
	春雨サラダ	かぶの甘酢和え	キャベツの和え物	ブロッコリーのドレ和え	菊菜のピーナツ和え	小松菜の和え物	ほうれん草の和え物	
すまし汁	味噌汁	味噌汁	すまし汁	すまし汁	すまし汁	すまし汁	すまし汁	

仕入れの都合上、献立が変更する場合がございます。ご了承くださいませようよろしくお願い致します。



■ 切干大根 ■

切干大根の生産は2月に最盛期を迎えることから、「日本の伝統食である切干大根の良さを知ってもらうため」の意味を込めて制定されました。

週間献立表

		2月24日 月曜日	2月25日 火曜日	2月26日 水曜日	2月27日 木曜日	2月28日 金曜日	3月1日 土曜日	3月2日 日曜日
朝食	和食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	洋食	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	パン	パン	レーズンパン	パン	ツイストパン	パン	パン	パン
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	A	茄子のケチャップ炒め ごま和え 果物 ご飯	白菜の煮浸し スパゲティサラダ 果物 ご飯	豆腐の甘辛炒め 三度豆の和え物 果物 ご飯	しろ菜ソテー パンプキンサラダ 果物 ご飯	ポトフ風 オクラの和え物 果物 ご飯	野菜のたまごとじ 大根サラダ 果物 ご飯	もやしの和え物 平天の炒め物 果物 ご飯
	B	鯖の塩焼き 	鮭のムニエルクリームソースかけ 	旬：あんこう  あんこうの	どろろう☆ニュー 海老天丼  ホキの南部焼き 	鶏肉の塩麴炒め 	あんかけ焼きそば 	茄子と豚肉のスタミナ炒め 
		炊き合わせ 出汁巻き卵 味噌汁	かぶの煮物 青菜の和え物 味噌汁	茄子の当座煮 ほうれん草の和え物 味噌汁	みぞれ和え ひじき煮 赤出汁 デザート	小松菜ソテー 大根サラダ 味噌汁	カリフラワーのソテー 青梗菜の和え物 味噌汁	じゃが芋の山椒煮 小松菜の胡麻和え すまし汁
	* 麺類・カレー・シチュー・ハヤシライス等を選択された方には汁物はつきませんのでご了承ください。* 写真はイメージです。							
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	鶏の味噌焼き	玉子巻き寿司	ツナ玉焼	キーマカレー	豆腐チャンプル	散らし寿司(牛)	海老克	高野豆腐の煮物
	炒り豆腐	大豆の煮物	冬瓜煮	デザート	きんぴらごぼう	かぼちゃの煮物	高野豆腐の煮物	インゲンわさび和え
	オクラの甘酢和え すまし汁	春菊のおひたし すまし汁	菜の花のさっぱり和え すまし汁	漬物(福神漬)	菊菜のピナッツ和え すまし汁	ほうれん草のポン酢和え すまし汁	インゲンわさび和え 味噌汁	味噌汁

仕入れの都合上、献立が変更する場合がございます。ご了承くださいませようよろしくお願い致します。



■ あんこう ■

深海魚のあんこうは、インパクトある見た目とは裏腹に、美食家たちを唸らせてきたとされる高級魚です。
「西のフグ、東のアンコウ」と称されるほど、美味しいとされています。