

2月 きゅうしょくこんだてひょう

今月の目標 協力して手早くかたづけよう

1 (火)	ごはん 			かんとうに 関東煮 はくさいの甘酢あえ とら豆の煮もの こべつたいおう 個別対応 うずら卵	15 (火)	ごはん 			あかうおのレモンじょうゆかけ うすくず汁 こうや 高野どうふのいり煮
2 (水)	こくとう パン 			ちゅうか 中華おこわ たまご 卵スープ キャベツのオイスター ソースいため こべつたいおう 個別対応 たまご 卵	16 (水)	ごはん 			けいにく 鶏肉のゆず塩焼き みそ汁 こまつなの煮びたし
3 (木)	ごはん 			いわしのしょうがじょうゆかけ 含め煮 いり大豆 	17 (木)	こくとう パン 			しろみさかな 白身魚フリッター 洋風煮 カリフラワーのサラダ
4 (金)	レーズンパン 		いよかん 	おしむぎ 押麦のグラタン スープ	18 (金)	(ごはん) 		いちご 	チキンレバーカレーライス きゅうりとコーンのサラダ
7 (月)	ごはん 			きびなごてんぷら ひとくち 一口がんもとじゃがいもの煮もの ブロッコリーのしょうがづけ	21 (月)	おさつパン 		プチトマト 	ぶたにく 豚肉と野菜の煮もの なにわうどん
8 (火)	(ごはん) 		みかん (缶) 	ハヤシライス キャベツのひじきドレッシング	22 (火)	ごはん 			けいにく 鶏肉のからあげ まる天と野菜のうま煮 焼きのり
9 (水)	コッペパン 		デコポン 	ぶたにく 豚肉のオイスター ソース 焼き あつあげとだいこんの中華煮 こべつたいおう 個別対応 心	24 (木)	ごはん 			すき焼き煮 もやしとにんじんの甘酢あえ ツナっ葉いため
10 (木)	(ごはん) 			とり 鶏ごぼうご飯 みそ汁 焼きれんこん	25 (金)	コッペパン 	洋なし (カット缶) 		ほうれんそうのクリームシチュー キャベツのサラダ
14 (月)	こくとう パン 			ぎゅうにく 牛肉のデミグラスソース 煮 コーンスープ かぼちゃのプリン	28 (月)	ごはん 			まぐろの甘辛焼き ぶたじる 豚汁 くきわかめのつくだ煮

予定ですので変わることがあります。