

# 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 		個別対応 うすら卵 関東煮 はくさいの甘酢あえ とら豆の煮もの	15 (火)	ごはん 		あかうおのレモンじょうゆかけ うすくず汁 高野豆腐のいり煮
2 (水)	こくとう パン 		個別対応 卵 中華おこわ 卵スープ キャベツのオイスターソースいため	16 (水)	ごはん 		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 せつぶんの ぎょうじこんだて	17 (木)	こくとう パン 		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 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 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 		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 		デコボン 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	24 (木)	ごはん 		個別対応 ふ 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) 		鶏ごぼうご飯 みそ汁 焼きれんこん	25 (金)	コッペパン 		ようなし (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 		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 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。