

2月

2016年

日	月	火	水	木	金	土
	1日 あわご飯 中味汁 鶏肉野菜巻き 干びょう炒め 大根酢	2日 麦ご飯 味噌汁 魚照り焼き フーチャンプルー ツナ和え	3日 あわご飯 わかめスープ かき揚げ じゃが芋そぼろ煮 酢の物	4日 麦ご飯 味噌汁 豚肉生姜焼き 筑前煮 春雨サラダ	5日 ちらし寿司 沖縄そば つくね照り焼き 豆腐チャンプルー ゴマ和え	6日 あわご飯 味噌汁 さんま 白菜炒め 大根シリシリー
7日	8日 黒豆ご飯 イナムルチ 天ぷら クープイリチー りんがく	9日 芋ご飯 味噌汁 茄子はさみ揚げ キャベツ炒め 梅和え	10日 あわご飯 味噌汁 鯖味噌煮 春雨炒め 酢の物	11日 麦ご飯 ソーキ汁 焼き鳥 干びょう炒め ゆかり和え	12日 あわご飯 アーサ汁 鮭タルタル焼き キャベツ味噌炒め キムチ和え	13日 麦ご飯 味噌汁 串刺し揚げ ブロッコリーかにあん ヨーグルト和え
14日	15日 麦ご飯 豚汁 焼きほっけ 鶏ごぼうそぼろ 酢の物	16日 あわご飯 味噌汁 魚煮付け からし菜炒め 春雨酢の物	17日 麦ご飯 卵スープ チキン照り焼き キャベツ炒め サラダ	18日 あわご飯 沖縄そば 貝柱フライ 大根炒め ゴマ和え	19日 麦ご飯 ソーキ汁 枝豆コロッケ 人参シリシリー マグロ和え	20日 あわご飯 うどん汁 魚ムニエル ポテトそぼろ煮 ゆかり和え
21日	22日 散らし寿司 ゆし豆腐 あぶり豚 小松菜炒め 大根煮 ゼリー	23日 麦ご飯 レバー汁 天ぷら 白菜きのこ炒め 菜の花辛子和え	24日 あわご飯 ソーメン汁 鯖味噌煮 豆腐チャンプルー ゴマ和え	25日 麦ご飯 魚汁 コロッケ クープイリチー サラダ	26日 炊き込みご飯 味噌汁 魚西京焼き 春雨炒め 大根シリシリー	27日 あわご飯 アーサ汁 てびち煮付け もやし炒め ゼリー
28日	29日 あわご飯 沖縄そば ししゃもしそ巻き揚げ フーチャンプルー 白菜キムチ					

材料その他の都合により献立を変更する場合があります