

2026年

2月 献立表

(みずきの家)

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
豆腐と豚肉のすき煮 ブロッコリーサラダ 青菜のごま和え 味噌汁 デザート	彩り牛肉ちらし寿司 イワシつみれと大豆の煮物 スナップエンドウの和え物 味噌汁 デザート	山菜五目めし 鱈の和風焼き 立春大吉豆腐の銀あん チンゲン菜のマヨ和え 味噌汁 デザート	赤魚のねぎ醤油かけ 卵の花 大根の塩昆布和え 味噌汁 デザート	豚肉とキャベツのオイスター炒め 蒸焼売 ブロッコリーとハムのドレ和え すまし汁 デザート	のり塩チキンカツ&野菜コロッケ 肉団子の煮物 サラダビーフン 味噌汁 デザート
9	10	11	12	13	14
鶏肉の野菜あんかけ 炒り豆腐 人参サラダ 味噌汁 デザート	豚肉とごぼうの旨煮 しろ菜の炒め物 なすのわさび和え 味噌汁 デザート	鶏肉の梅焼き 車麩の煮物 ほうれん草のピーナッツ和え スープ デザート	中華丼 春雨サラダ 高野豆腐煮 スープ デザート	サーモンフライ&チキンピカタ おからの煮物 カリフラワーとカニカマの中華和え すまし汁 デザート	キタノメヌケの香草パン粉焼き 玉ねぎと菜の花の煮浸し 春雨サラダ 味噌汁 デザート
16	17	18	19	20	21
黄金カレイのポワレ ナスの含め煮 ゴボウのサラダ 味噌汁 デザート	鶏肉の甘酢炒め ひじき煮 インゲンのなめ茸和え 味噌汁 デザート	赤魚の煮付け ビーフン炒め カリフラワーとツナの和え物 スープ デザート	メンチカツ&真鯛カツ ふきのゆかり煮 ほうれん草のわさび和え 具だくさんけんちん汁 デザート	カレーライス コールスローサラダ オクラの和え物 スープ デザート	ハガツオの山椒焼き 切干大根煮 スナップのさっぱり和え 味噌汁 デザート
23	24	25	26	27	28
豚の生姜焼き 大根サラダ 里芋のごま和え 味噌汁 デザート	カニクリーミーコロッケ&チキンナ アスパラとベーコンの炒め物 じゃが芋のサラダ 味噌汁 デザート	肉団子と野菜の生姜炒め スナップとカニカマの煮物 白菜のごま和え スープ デザート	鶏肉の照り焼き 筍の煮物 トマトのサラダ 味噌汁 デザート	フィッシュソーセージのニラ玉丼 スパゲッティーサラダ きゅうりの塩昆布和え 味噌汁 デザート	エビと舞茸のフリッター 冬瓜の炒め煮 白菜の甘酢サラダ 味噌汁 デザート

食材入荷の都合上、やむを得ず献立が変更になることがあります。ご了承下さい。