

								1(土)		2(日)	
朝									食パン (いちごジャム) 牛乳 バイン缶 みかん	食パン (マーガリン) 牛乳 ゆで卵 インスタントスープ	
昼									おにぎり 担々麺 杏仁豆腐	牛丼 さつまいも天 みそ汁 (なめこ)	
夕									ご飯 煮込みハンバーグ 野菜サラダ コンンスープ	恵方巻き 梅棒鶏サラダ 空也蒸し 節分豆 コンフィ	
	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)	9(日)				
朝	ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁 (かぼちゃ)	ご飯 牛乳 ウィンナー (朝) みそ汁 (もやし)	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁 (玉ねぎ)	ご飯 牛乳 豚味噌 みそ汁 (豆腐としめじ)	ご飯 牛乳 漬物 みそ汁 (じゃがいも)	ご飯 牛乳 ふりかけ みそ汁 (小松菜)	食パン (マーガリン) 牛乳 ヨーグルト バイン缶				
昼	ご飯 豚肉のカレー炒め 五目豆 たらこスパゲッティ 佃煮昆布	ご飯 冷) メンチカツ 付) レタス (ドレ小包) ささみコン焼き がんと煮 (2個)	ご飯 牛肉三色ロール ひき肉と野菜の炒り卵 ウィンナー (2本) 冷) セリー	照り焼きバーガー ペンネポロネーゼ弁 コールスロー バイン缶	ご飯 コロケ (冷) レンコンとひき肉の照焼 ブロッコリー卵炒め 厚揚げチリソース	焼きそば ピザトースト (半枚) りんご	親子丼 うどん (ミニ・天かす) あんぱん				
夕	ご飯 チキン南蛮 野菜サラダ ビーフコンンスープ みかん	ご飯 豚肉しょうが焼き もやしナムル 春雨スープ	ご飯 肉じゃが ほぐし鶏ときゅうりのゴマ かきたま汁	ご飯 チヂミ ほうれん草のお浸し風 さつま汁	ご飯 八宝菜 ふろふき大根 さつま芋サラダ	ご飯 クリームシチュー 大根サラダ みたらしだんご	ご飯 チキンステーキ ポトフ コンンスープ フルーツミックス				
	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	16(日)				
朝	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁 (じゃがいも)	食パン (6枚切り) 牛乳 野菜サラダ	ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁 (キャベツ)	ご飯 牛乳 鶏そぼろ みそ汁 (大根)	ご飯 牛乳 目玉焼き みそ汁 (なめこ)	食パン (マーガリン) 牛乳 ゆで卵 春雨スープ	クロワッサン 牛乳 プリン インスタントスープ				
昼	ご飯 さけフライ 付) 織キャベツ チャプチェ 金平ごぼう	ご飯 血うどん りんご	ご飯 オムレツ 付) ゆでブロッコリー ポテトチーズ焼き ハートのコロケ (冷)	サンドイッチ カツサンド 鶏のさっぱり煮 バナナ	ご飯 チキンチャップ 炊き合わせ 竹輪カレー揚げ チーズドッグ	おにぎり カレーうどん ポトフ	中華丼 肉まん みかん				
夕	ご飯 松風焼き 焼きビーフン カニカマが ミルクコーヒーゼリー	ご飯 親子煮 糸こんにゃく炒め マカロニサラダ クラムチャウダー	ご飯 和風ハンバーグ じゃがバター マセドアンサラダ バレンタインカップケーキ	ご飯 豚角煮 梅棒鶏肉小鉢 すまし汁 (えのき)	ご飯 ポークソテー まのこスパゲッティ チキンサラダ 野菜スープ	ご飯 ブルコギ 春雨サラダ (マヨ) 杏仁豆腐	チキンカレー カリカリベーコンサラダ フルーツヨーグルト				
	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	23(日)				
朝	ご飯 牛乳 お茶漬 (インスタント) みそ汁 (大根)	ご飯 牛乳 鶏ごぼう炒め みそ汁 (じゃがいも)	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁 (厚揚げとワカメ)	ご飯 牛乳 豚味噌 みそ汁 (白菜)	ミルクパン 牛乳 ヨーグルト バナナ	ご飯 牛乳 お茶漬 (インスタント) みそ汁 (豆腐)	食パン (いちごジャム) 牛乳 ハム・チーズ レタス インスタントスープ				
昼	ご飯 照り焼きチキン アスパラソテー いり豆腐 さつまいもの甘露煮	ご飯 若鶏のトマト煮 付) ゆでブロッコリー ココット焼き コーンボール	ご飯 うま塩チキン たらこスパゲッティ ポトフ 竹輪磯辺揚げ	食フルーツサンド 食サド (ウイナー) れんこんベロンチーノ りんご	ご飯 魚マヨネーズ焼き キャベツのソテー キッシュ チキンナゲット	わかめご飯 肉うどん 竹輪磯辺揚げ	焼き鳥丼 さつまいもがね				
夕	ご飯 魚の煮つけ ポテトサラダ ぎょうぎスープ カスタードプリン	ご飯 鶏肉のホイル味噌焼き 春巻き のっぺい汁	ご飯 チンジャオロウスウ 大根チキンサラダ 肉団子スープ	ご飯 鶏肉から揚げ シュウマイ (枝豆) 付) レタスときゅうり ポトフ (スープ)	ご飯 ビーフシチュー 卵サラダ りんごゼリー	ご飯 マカロニグラタン 鶏レモン蒸し焼き 野菜サラダ ミネストローネ	ご飯 おでん 豚しゃぶが 春巻き ゼリー				
	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)						
朝	クリームパン 牛乳 カスタードプリン サラダ	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁 (かぼちゃ)	ご飯 牛乳 お茶漬 (インスタント) みそ汁 (玉ねぎ)	ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁 (もやし)	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁 (小松菜)						
昼	ご飯 から揚げ定食 付) レタスときゅうり みそ汁 (なめこ)	ご飯 照り焼きチキン まきゅうりごま和え 厚揚げチリソース 竹輪カレー揚げ	ご飯 豚肉しょうが焼き 弁) スパゲッティ・ナポリ ポテトサラダ ゼリー (小)	サド (ウイナー) 食サンド (たまご) ペンネポロネーゼ弁 バイン缶	ご飯 魚のムニエルトマトソース ほうれん草のソテー なすの揚げだし 揚げ里芋の田楽						
夕	ご飯 ムニエル (さけ) シーチキンサラダ ミネストローネ	ご飯 鶏のみそ焼き キムチチゲ豆腐 シーチキンサラダ (盛り合)	ご飯 マーボー豆腐1 コールスローサラダ 杏仁豆腐	巻き寿司 ハンバーグ 春雨サラダ ポトフ 冷) ゼリー	ご飯 豚肉のおろしソースかけ いなり揚げ卵煮 フルーチェ あおさ汁						