

# 令和5年2月

月	火	水	木	金
		1	2	3
		ご飯 鱈の照り焼き かぼちゃのサラダ カレースープ フルーツ 麩の青のリスナック 牛乳	ご飯 肉じゃが 青菜のごま和え 豆腐の味噌汁 フルーツ じゃこマヨトースト 牛乳	パン いわしのハンバーグ カリカリじゃこの大根サラダ 白菜の豆乳汁 フルーツ 鬼まんじゅう 牛乳
				
6	7	8	9	10
☆野菜クッパ 白身魚のチーズ焼き ゆかり和え じゃがいもの煮物 フルーツ ごまのクッキー 牛乳	ご飯 鶏手羽元の甘酢煮 ブロッコリーのカレーマヨサラダ 麩とわかめの味噌汁 フルーツ さつまいもマフィン 牛乳	パン ピザバーグ 白菜のじゃこサラダ コーンスープ フルーツ 炊き込みご飯おにぎり お茶	ご飯 豚肉の生姜焼き 大根とツナの昆布和え 青菜入り味噌汁 フルーツ ごまわかめおにぎり お茶	弁当の日 フルーツカナッペ 牛乳
				
13	14	15	16	17
ご飯 厚揚げと豚肉の旨煮 青菜のごま和え トマトと卵の味噌汁 フルーツ りんごトースト 牛乳	マーボー豆腐丼 ベイクドかぼちゃ 白菜のコーン和え フルーツ バレンタインバナナケーキ 牛乳	たらこと大葉の混ぜご飯 鶏の唐揚げ おからサラダ ABCスープ フルーツ カルピスいちごパフェ 牛乳	ご飯 さばの味噌煮 チキンサラダ 中華風スープ フルーツ あべかわマカロニ 牛乳	パン 卵とじうどん ひじきとれんこんの煮物 スティックさつまいも フルーツ カレーピラフおにぎり お茶
				
20	21	22	23	24
パン とんかつ風オープン焼き コールスローサラダ 野菜スープ フルーツ さつまいもご飯おにぎり お茶	ご飯 鶏の梅マヨネーズ焼き 切干大根の煮物 白菜のみそ汁 フルーツ 豆乳蒸しパン 牛乳	菜飯ご飯 焼きししやも りず・ひよこ…白身魚) マカロニサラダ さつまいもの煮物 大根の味噌汁・フルーツ ジャムパン・牛乳	天皇誕生日	パン ポークチャップ ハリハリサラダ 豆乳スープ フルーツ チーズおかかおにぎり お茶
				
27	28			
弁当の日 ポテトもち 牛乳	ご飯 鮭のみみじ焼き こぎつねサラダ きのこのスープ フルーツ ちんすこう 牛乳			
				