

令和4年2月

月	火 1	水 2	木 3	金 4
	ご飯 鮭の香味焼き レタスとコーンの中華和え 豆腐の味噌汁 フルーツ ロッククッキー 牛乳	鬼のドライカレー いわしのパン粉焼き (ひよこ・りす…白身魚) 切干大根のマヨサラダ フルーツ 鬼まんじゅう 牛乳	ご飯 肉じゃが 青菜とコーンの和え物 かぶの味噌汁 フルーツ カルビスゼリー 牛乳	パン チキンステーキ かぼちゃサラダ ミルクスープ フルーツ 小松菜と揚げのおにぎり お茶
				
7	8	9	10	11
焼肉丼ぶり さつまいもの煮物 三色酢の物 わかめスープ フルーツ 抹茶いろいろ 牛乳	ご飯 鯖のネギソース焼き ブロッコリーのカレーマヨサラダ 田舎汁 フルーツ お好み焼きパン 牛乳	パン コーンバターラーメン 青菜のごま和え バイクトポテト フルーツ 鶏そぼろおにぎり お茶	ご飯 鶏とさつまいもの煮物 こぎつねサラダ なめこ汁 フルーツ チーズトースト 牛乳	建国記念日
				
14	15	16	17	18
カレーライス 切干大根の煮物 キャベツのマヨサラダ フルーツ バレンタインブラウニー 牛乳	ご飯 鮭のきのこマヨソース 磯香和え さつまいもの味噌汁 フルーツ 高野豆腐のきなこ和え 牛乳	ツナピラフ 鶏のから揚げ キャベツのおかか和え 豆乳汁 フルーツ クロワッサンサンド 牛乳	ご飯 さばの味噌煮 チキンサラダ 麩とわかめのすまし汁 フルーツ かぼちゃのチーズ蒸しパン 牛乳	パン グラタン えびと野菜のマリネ ポトフ風スープ フルーツ 夕焼けおにぎり お茶
				
21	22	23	24	25
☆れんこんご飯 カレイの黄金焼き ブロッコリーのごま和え 大根の味噌汁 フルーツ 豆乳くずもち 飲むヨーグルト	セルフサンド パン・ウィンナー 照り焼きチキン 生野菜サラダ ミネストローネ フルーツ まっ黒くるすけおにぎり お茶	天皇誕生日	ご飯 豚肉の生姜焼き ひじきの和風サラダ トマトと卵の味噌汁 フルーツ カルシウムトースト 牛乳	弁当の日 フルーツカナッペ 牛乳
				
28				
中華丼ぶり かぼちゃのオープン焼き きゅうりのゆかり和え フルーツ りんごケーキ 牛乳				
				