

きゅうしょくもくひょう

す  
好ききらいせず

しょくじ  
食事をしよう

2月こんだて



月		火		水		木		金		土	
2		3		4		5		6		7	
ごはん ぶりの照り焼き きんぴらごぼう みそ汁		手巻き寿司 すまし汁 マカロニきなこ		ちゃんこうどん べったら漬 ビール風ゼリー		ごはん 豆腐入りハンバーグ バジルサラダ カレースープ		焼肉チャーハン 春雨スープ きびなごのから揚げ せとか		休日	
9		10		11		12		13		14	
ごはん ひじきふりかけ 肉豆腐 いんげん入りごま和え		ミルクパン 鮭ステーキ クリームソース ABCスープ(トマト)		建国記念の日 		マーボー丼 パンサンスー 大豆しゃりしゃり		チキンライス 白菜のスープ ミニエクレアパン		休日	
16		17		18		19		20		21	
ごはん さばのスパイス焼き キャベツとわかめの 辛子醤油 豚肉と小松菜のスープ		チリビーンズライス 系寒天サラダ 湘南ゴールド		ホイコーロー丼 中華風コーンスープ いちご食べ比べ		アロスコンポーヨ サンコチェード セビーチェ		あんかけ焼きそば 春巻き はまさき		休日	
23		24		25		26		27		28	
休日		ごはん かじきの竜田揚げ 野菜のからしあえ 具たくさんみそ汁		恵比寿ビールバーガー 白いんげん豆と 野菜のスープ キャベツとりんごのサラダ		のざわなちやーはん 野沢菜炒飯 豆腐ときくらげのスープ ツナと野菜の和え物		スタミナ丼 海藻スープ ひろゴン蒸しパン		シーフードクリームライス ポテトのフレンチサラダ 宝島ゼリー	

