

令和 5年 2月度 やっとかめ献立表

		<p>1日(水)</p> <p>海老フライ 小松菜とお揚げの白だし煮 人参キンピラ ミネストローネ・黄桃 芋蒸しパン</p>	<p>2日(木)</p> <p>回鍋肉 春巻き 胡瓜と若芽の酢の物 かきたま汁・杏仁豆腐 みたらし団子</p>	<p>3日(金) 節分</p> <p>恵方巻 鰯とじゃが芋の甘辛煮 菜花のお浸し 豆乳汁・パイン ぜんざい</p>	<p>4日(土) 立春</p> <p>牛肉と白菜オイスター炒め 春菊と人参白和え 五目ひじき 味噌汁・マンゴー 立春大福</p>
<p>6日(月)</p> <p>カキフライ 長芋とトマトの山葵和え カボチャサラダ クラムチャウダー・苺 ホットドック</p>	<p>7日(火)</p> <p>タラの竜田揚げ 里芋のそぼろ餡 菜花の酢味噌かけ けんちん汁・みかん 五平餅</p>	<p>8日(水)</p> <p>鶏大根旨煮 法蓮草の梅ナムル ツナサラダ 味噌汁・キウイ バームクーヘン</p>	<p>9日(木)</p> <p>鮭のムニエル 明太ポテサラ ニラ玉 キノコスープ・白桃 プリン</p>	<p>10日(金) お誕生日会</p> <p>天婦羅盛合せ 茶碗蒸し カニもずく酢 赤飯・お吸い物・メロン ロールケーキ</p>	<p>11日(土)</p> <p>塩ポトフ 法蓮草の胡麻和え なます 味噌汁・オレンジ フレンチトースト</p>
<p>13日(月)</p> <p>鱈の煮つけ 法蓮草とベーコン炒め 茄子とエリンギの煮浸し 貝汁・キウイ なごやん</p>	<p>14日(火) バレンタインデー</p> <p>豚生姜焼き ブロッコリーあおさマヨ和え ツナと長芋の生姜煮 味噌汁・みかん おやつ作り</p>	<p>15日(水)</p> <p>ねぎとろ 白菜と鶏団子煮 アスパラとコーン炒め 豚汁・みかん アップルパイ</p>	<p>16日(木)</p> <p>肉豆腐 もやしの胡麻和え 法蓮草としめじ炒め 味噌汁・りんご スイートポテト</p>	<p>17日(金)</p> <p>煮込みハンバーグ シラスおろし 青梗菜と人参の辛し和え コーンスープ・バナナ 黒糖蒸しパン</p>	<p>18日(土)</p> <p>ぶり大根 春雨サラダ 豚肉ともやし炒め 味噌汁・オレンジ お好み焼き</p>
<p>20日(月)</p> <p>鮭チャーハン 昆布と厚揚げ煮 肉団子 中華スープ・洋梨 今川焼</p>	<p>21日(火)</p> <p>鱈の西京味噌漬け焼 ロールキャベツ トマト豆腐サラダ 味噌汁・五目御飯・苺 たい焼き</p>	<p>22日(水)</p> <p>やっとかめ喫茶 牛肉と蓮根の甘辛炒め シメジの白和え 長芋とベーコンソテー 味噌汁・いよかん</p>	<p>23日(木)</p> <p>鶏唐揚げおろし添え 白菜とハムの中華煮 茄子とピーマン炒め 味噌汁・黄桃 あん団子</p>	<p>24日(金)</p> <p>カレイの煮つけ マーボー春雨 キャベツと人参のポン酢和え 根菜汁・マンゴー バナナ蒸しパン</p>	<p>25日(土)</p> <p>ちらし寿司 茶碗蒸し 厚揚げと小松菜炒め煮 豚汁・キウイ コーヒーゼリー</p>
<p>27日(月)</p> <p>茄子のはさみ揚げ 筑前煮 厚揚げの味噌煮 吸物・苺 カステラ</p>	<p>28日(火)</p> <p>おでん 木耳とトマトと卵の黒酢炒め ささみと水菜の中華サラダ 味噌汁・りんご 鬼饅頭</p>	 <p>今年の恵方は南南東で笠寺観音になります。 立春が来て季節はもう春なんですね！風邪など ひかないようにたくさん食べましょう！！</p> 			