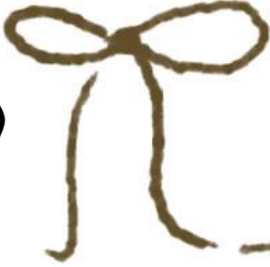


令和 7年 2月度 やっとかめ献立表



立春が来て季節はもう春なんです！
風邪などひかないようにたくさん食べま
しょう。今年の恵方は荒子観音です。



1日(土)
節分

恵方巻
ブリの照り焼き
茶碗蒸し
豚汁・黄桃
焼き餅入りぜんざい

<p>3日(月) 立春 鮭のネギソースかけ 法蓮草の山掛け もやしの玉子とじ けんちん汁・バナナ 立春大福・梅昆布茶</p>	<p>4日(火) 牛肉と牛蒡甘辛炒め ニンジンの白和え ジャガバタコーン 味噌汁・オレンジ 焼き芋</p>	<p>5日(水) 茄子トマトのおろしポン酢炒め スパサラ もやしツナ青のり和え 味噌汁・黄桃 たこ焼き</p>	<p>6日(木) 誕生日会 天婦羅盛合せ 茶碗蒸し カニもずく 吸物・赤飯・イチゴ ロールケーキ</p>	<p>7日(金) メバルの煮つけ 出し巻き玉子 肉じゃが 味飯・豚汁・みかん さつま芋のきな粉和え</p>	<p>8日(土) 牛肉とトマトオイスター炒め オクラ梅肉和え 筑前煮 ワカメスープ・パイ バナナ蒸しパン</p>
<p>10日(月) ヘルシー酢豚 胡瓜と木耳の胡麻和え 白ネギの卵炒め 味噌汁・パイ カボチャ蒸しパン</p>	<p>11日(火) やっとかめ喫茶 ブリの味噌漬け焼き 長芋の梅肉和え 茄子としらすくったり煮 貝汁・菜飯・バナナ</p>	<p>12日(水) 白菜のクリーム煮 大根の炒め煮 五目ひじき煮 味飯・味噌汁・マンゴー 白玉ぜんざい</p>	<p>13日(木) 鰻の五目野菜のせ 南瓜煮 青菜とお揚げ煮 味噌汁・白桃 おからドーナツ</p>	<p>14日(金) 豚ともやしの中華炒め 金平ごぼう 春雨サラダ 中華スープ・杏仁豆腐 チョコマフィン</p>	<p>15日(土) 鮭とねぎの焼き浸し 肉じゃが 五目ひじき煮 味噌汁・白桃 コーンマヨパン</p>
<p>17日(月) 白身魚のムニエル 小松菜とさつま揚げ辛し和え なめ茸おろし かきたま汁・オレンジ ブルーベリーマフィン</p>	<p>18日(火) 海老フライ アボカドささ身サラダ 胡瓜と厚揚げバタポン炒め 味噌汁・キウイ フレンチトースト</p>	<p>19日(水) 牛と法蓮草の韓国風炒め オクラのおろし和え 厚揚げの味噌煮 ワカメスープ・黄桃 スイートポテト</p>	<p>20日(木) ちらし寿司 じゃが芋塩昆布和え 茶碗蒸し 豚汁・洋梨 バームクーヘン</p>	<p>21日(金) おやつ作り 鶏と茄子味噌炒め 五目おから ピーマン煮浸し お吸い物・みかん</p>	<p>22日(土) エビマヨ 切干大根煮 肉団子の甘酢あん ポタージュスープ・洋梨 アップルパウンドケーキ</p>
<p>24日(月) カキフライ カニと卵のオイスター炒め 白菜のおかか和え 味噌汁・キウイ ホットドッグ</p>	<p>25日(火) 和風おろしハンバーグ 高野豆腐煮 ナポリタンスパ コーンスープ・白桃 大福</p>	<p>26日(水) 白身魚のケチャ炒め 五目おから 大根の肉味噌掛け かきたま汁・みかん ニンジンドーナツ</p>	<p>27日(木) スタミナ炒め じゃこおろし 厚揚げと牛蒡煮 味噌汁・バナナ パイナップルケーキ</p>	<p>28日(金) 鮭の南蛮漬け ソーメンサラダ 長芋の梅肉和え 味噌汁・パイ 黒糖蒸しパン</p>	