

令和6年2月 ピースプラザ 献立

	1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	11日(日)
朝食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	がんもの含め煮	ぜんまいの五目煮	コンビーフ炒め	高野豆腐のとろみ煮	野菜の卵とじ	小松菜の煮浸し	肉団子の煮物	ツナじゃが煮	車麩の煮物	海老と野菜の炒め物	肉詰めいなりの煮物
	ピーナツ和え	しらす納豆	生姜醤油和え	香味和え	大根の和風サラダ	春雨サラダ	ブロッコリーサラダ	納豆	胡麻ドレッシング和え	温泉卵	白菜のなめ茸和え
	梅干し	味噌汁	ふりかけ のりたまご	あみ佃煮	梅干し	たい味噌	海苔佃煮	味噌汁	あみ佃煮	ふりかけ のりかつお	ゆずみそ
	味噌汁	牛乳	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	牛乳	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	牛乳		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ご飯	ご飯	ひじきご飯	月見そば	ご飯	ご飯	ご飯	ハヤシライス	ご飯	ご飯	海老ピラフ
	メバルのタルタル焼き	豚肉ソテーオニオンソース	鶏肉と大豆の煮物	白和え	お刺身	鯖の塩焼き	鶏肉の照り焼き	マリネサラダ	鯖の醤油麹焼き	かに玉あんかけ	大豆トマト煮
	揚げ茄子	五目煮豆	菜の花の辛子和え	バナナババロア	炊き合わせ	ひじき煮	さつま芋とりんごの甘煮	フルーツゼリー	切り昆布の煮物	蒸し鶏のサラダ	ミルクプリン
	キャベツのおかか和え	春菊のサラダ	フルーツ		苺ミルクゼリー	カリフラワーの甘酢和え	菜の花のお浸し	コンソメスープ	南瓜サラダ	杏仁豆腐	千切り野菜のスープ
	味噌汁	清まし汁	つみれ汁		清まし汁	清まし汁	味噌汁		清まし汁	ワンタンスープ	
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	鶏とさつま芋の煮物	五目卵焼き	ホキの味噌マヨネーズ焼き	鶏と冬瓜の煮物	豚肉の生姜炒め	豆腐ステーキきのこあん	赤魚の南蛮漬け	鶏肉の治部煮	豚肉と春雨の炒め物	鱈の生姜煮	鶏肉の香草パン粉焼き
	根菜のバターソテー	ブロッコリーの中華炒め	青のり炒め	とろろ和え	コールスローサラダ	青梗菜の塩炒め	かぶの胡麻味噌煮	中華和え	茄子のそぼろあん	肉団子の和風炒め	ぜんまいの炒り煮
	フルーツ	フルーツ	ドレッシング和え	和風ソテー	塩昆布和え	フルーツ	フルーツ	磯和え	フルーツ	青梗菜と竹輪のサラダ	さつま芋サラダ
	味噌汁	味噌汁	清まし汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	清まし汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)
朝食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	厚焼き玉子	豆腐のそぼろあん	ほうれん草の玉子炒め	肉団子と春雨の旨煮	切干大根の煮物	魚河岸揚げの煮物	鯛の梅煮	ケチャップ炒め	ミートオムレツ	クリーム煮	目玉焼き
	アスパラのサラダ	フレンチサラダ	マカロニサラダ	サラダ	納豆	和風サラダ	チーズ風味サラダ	白菜のサラダ	ほうれん草のサラダ	キャベツの和え物	青梗菜のしらす和え
	あみ佃煮	海苔佃煮	ふりかけ たらこ	ゆず味噌	味噌汁	ふりかけ のりかつお	たいみそ	ふりかけ たらこ	海苔佃煮	ふりかけ うめしそ	たいみそ
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	牛乳	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ご飯	ホワイトソースご飯	ご飯	ご飯	ゆかりご飯	ご飯	焼きそば	ご飯	かにちらし	ご飯	ご飯
	ハンバーグブラウンソース	サラダ	たらと豆腐の煮物	鶏肉の粒マスタード焼き	肉じゃが	赤魚の沢煮	豆腐しゅうまい	マスの幽庵焼き	炊き合わせ	豚肉と筍のオイスター炒め	鯖の味噌煮
	ひじきの煮物	フルーツ	バター醤油炒め	かぶの煮物	ふるふき大根	卵の花	みかんゼリー	和風サラダ	カクテルゼリー	中華和え	甘酢和え
	みかんヨーグルト	コンソメスープ	磯和え	春菊の胡麻和え	フルーツ	青梗菜のわさび和え	中華スープ	フルーツ	清まし汁	フルーツ	とろろ芋
	味噌汁		味噌汁	味噌汁	清まし汁	味噌汁		味噌汁		春雨スープ	清まし汁
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	メバルのおろし煮	ぶり大根	オイスター炒め	カレーの揚げ煮	鶏肉の利休焼き	豚肉と野菜の味噌炒め	鶏肉のゆず味噌焼き	おでん風煮物	蒸し鶏の胡麻だれ	松風焼き	豚と野菜の旨煮
	ブロッコリーとかぶのサラダ	青梗菜のソテー	中華サラダ	ナムルサラダ	揚げ出し豆腐きのこあん	ブロッコリーサラダ	切干とさつま芋の煮物	和風サラダ	車麩の卵とじ	ひじき煮	たらこマヨネーズかけ
	いんげんのきんぴら	塩昆布和え	フルーツ杏仁	フルーツ	菜の花の辛子和え	フルーツ	浅漬け	煮豆	いんげんの胡麻和え	アスパラの辛子和え	フルーツ
	清まし汁	清まし汁	中華スープ	清まし汁	味噌汁	かき玉汁	清まし汁	赤だし汁	味噌汁	清まし汁	味噌汁
	23日(金)	24日(土)	25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)				
朝食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯				
	つみれの煮物	キャベツとウインナーのソテー	炒り豆腐	オムレツ	がんも煮	チーズ入りスクランブル	かぶと肉団子の煮物				
	春雨サラダ	納豆	春菊の和え物	ドレッシング和え	おかか和え	ドレッシング和え	納豆				
	ゆず味噌	味噌汁	ふりかけ のりたまご	あみ佃煮	梅干し	ふりかけ やさい	味噌汁				
	味噌汁	牛乳	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	ジョア(ストロベリー)				
	牛乳		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳					
昼食	ご飯	カレーライス	玉子あんかけうどん	ご飯	ご飯	ご飯	親子丼				
	鶏肉のさっぱり煮	サラダ	五目煮豆	鶏肉のクリーム煮	肉豆腐	赤魚の野菜あんかけ	白菜の和え物				
	菜の花と海老のサラダ	フルーツ	抹茶ババロア	豆のトマト煮	大根サラダ	南瓜の甘煮	りんごゼリー				
	煮浸し	オニオンスープ		フルーツ	じゃが芋ソテー	甘酢和え	味噌汁				
	味噌汁			コンソメスープ	味噌汁	味噌汁					
夕食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯				
	タラのトマトソース焼き	カレーの煮付け	メバルの和風ソテー	肉野菜炒め	豚肉ソテーオニオンソース	鶏肉の味噌マヨネーズ焼き	ホッケの香味焼き				
	コンビーフ炒め	アスパラの和風炒め	南瓜のそぼろあん	ポテトサラダ	青梗菜のサラダ	浅漬けサラダ	車麩の煮物				
	フルーツ	ほうれん草のなめ茸和え	大根サラダ	冬瓜のくず煮	みかんヨーグルト	フルーツ	海藻サラダ				
	コーンポタージュ	味噌汁	味噌汁	中華スープ	具沢山汁	清まし汁	味噌汁				

*食材の都合により、変更になる場合があります。