

トワイエ週間献立表

	2月20日	2月21日	2月22日	2月23日	2月24日	2月25日	2月26日
	日	月	火	水	木	金	土
朝食	▼ホワイティ ▼アスパラのソテー ▼フルーツ ▼牛乳 	▼ご飯 ▼豚肉と茄子の含め煮 ▼味噌汁 具)絹ごし豆腐/青ねぎ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼食パン ▼キャベツとウインナーのコンソメ煮 ▼フルーツ ▼牛乳 ▼ヨーグルト	▼ご飯 ▼鶏肉ともやしの炒め物 ▼味噌汁 具)かぼちゃ/青ねぎ ▼フルーツ ▼ヤクルト	▼カスタードリング ▼マカロニと野菜のサラダ ▼フルーツ ▼牛乳 	▼ご飯 ▼厚揚げと白菜の煮浸し ▼味噌汁 具)もやし/青ねぎ ▼フルーツ ▼ジョア	▼食パン ▼青梗菜とツナのサラダ ▼フルーツ ▼牛乳 
昼食	▼ご飯 ▼チンジャオロース ▼もやしのさっぱり和え ▼冬瓜と平天の煮物 ▼スープ 具)コーン/青ねぎ	▼ご飯 ▼カプリチョーザハンバーグ ▼添え ▼小松菜とエノキの和え物 ▼大豆の五目煮 ▼味噌汁 具)水菜/ぶなしめじ	▼ご飯 ▼アジのカレー風味焼き ▼添え ▼茄子とベーコンのソテー ▼ブロッコリーのサラダ ▼味噌汁 具)はくさい/油揚げ	▼(天皇誕生日) ▼ご飯 ▼天ぷら盛り合わせ ▼(天つゆ) ▼人参きんぴら ▼白菜のドレッシング和え ▼かき玉汁 具)鶏卵/みつば	▼ご飯 ▼麻婆豆腐 ▼青梗菜のお浸し ▼さつま芋の煮物 ▼スープ 具)わかめ/玉ねぎ	▼ご飯 ▼焼きそば ▼小松菜の生姜醤油和え ▼スクランブルエッグ ▼味噌汁 具)大根/貝割れ大根	(郷土料理～石川県) ▼ご飯 ▼赤魚のレモン蒸し ▼添え ▼治部煮 ▼菜の花とベーコンのサラダ ▼味噌汁 具)さといも/わかめ
夕食	▼ご飯 ▼タラのパン粉焼き ▼添え ▼青梗菜の菜種和え ▼味噌汁 具)さつまいも/油揚げ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼ブリの煮付け ▼添え ▼長芋とおくらの磯和え ▼フルーツ	▼(おでんの日) ▼ご飯 ▼おでん ▼ほうれん草とササミのごま和え ▼フルーツ	▼ご飯 ▼豚肉と大根の味噌焼き ▼胡瓜ともずくの酢の物 ▼フルーツ	▼ご飯 ▼タラのピカタ ▼添え ▼大根のかに風味和え ▼味噌汁 具)ほうれんそう/ぶなしめじ ▼フルーツ	▼ご飯 ▼アジフライとコロッケ ▼添え ▼アスパラのスープ煮 ▼フルーツ	▼ひき肉のカレーライス ▼福神漬け ▼コールスローサラダ ▼フルーツ 