

# 清掃苑 献立表 2024年2月

日		月		火		水		木		金		土	
2月3日		2月4日		2月5日		2月6日		2月7日		2月8日		2月9日	
朝食	<b>2月3日は節分の日</b> 「立春」「立夏」「立秋」「立冬」と4つある季節の変わり目のうち、「立春」の前日にあたる日が節分の日です。 立春は、地球と太陽の位置関係によって決められ、だいたい毎年2月4日頃に訪れるため、節分はその前日である2月3日頃になるそうです。 ◎今年の恵方は「東北東や東」◎ 恵方とは福徳をつかさどる歳徳神(としとくじん)様がいらっしゃる最もよい方向のことを指し、毎年変わります。 恵方は毎年変わり、その年の十干(じっかん)によって決められますが、方向は、東北東・西南西・南南東・北北西の4方向しかありません。 十干で甲・巳の年は東北東、乙・庚の年は西南西、丙・辛・戌・癸の年は南南東、丁・壬の年は北北西の方向となっているようです。また、恵方は、西暦の1の位で知ることもできます。 ・西暦の1の位が「0・5」の時→恵方は「西南西」 ・西暦の1の位が「1・3・6・8」の時→恵方は「南南東」 ・西暦の1の位が「2・7」の時→恵方は「北北西」 ・西暦の1の位が「4・9」の時→恵方は「東北東」												
	カニ雑炊 さつま芋の胡麻風味煮 味噌汁(切麩、ねぎ) 牛乳 赤飯 ハマチの塩焼き 湯葉巻きの煮物 味噌汁(オクラ、人参)												
朝食	中華風雑炊 ほうれん草の煮浸し 味噌汁(じゃが芋、揚げ) 牛乳												
	ハヤシライス 温野菜サラダ 漬物(福神漬け) パナナヨーグルト												
朝食	☆節分メニュー☆ 巻き寿司 稲荷寿司 イワシの大葉フライ 豚汁												
	カスタードケーキ 紅茶 いちごマフィン 紅茶 赤鬼の練り切り お茶												
朝食	ぜひ参考してみてください！ 												
	ご飯 スパニッシュオムレツ風 コーンコロケ コンソメスープ												
朝食	ご飯 豚肉の生薬焼き 人参のナムル 味噌汁(巻麩、小松菜)												
	ご飯 八宝菜 子デミ ファンタジー ワンタンスープ												
朝食	雑炊(みそ風味) 温野菜サラダ バイン缶 牛乳												
	雑炊 さつま芋粥 テンゲン菜の和え物 味噌汁(巻麩、ねぎ) 牛乳												
朝食	若菜雑炊 ツナと小松菜の炒め煮 味噌汁(厚揚げ、人参) 牛乳												
	さげ雑炊 菜の花の煮浸し 味噌汁(玉ねぎ、わかめ) 牛乳												
朝食	ほたて粥 アスパラソテー 白桃缶 牛乳												
	玉子雑炊 高野豆腐の煮物 味噌汁(ほうれん草、揚げ) 牛乳												
朝食	ご飯 ポークチャップ キャベツのカニ風味サラダ えのきのスープ												
	ご飯 鶏肉の塩焼き 和風サラダ 味噌汁(茄子、人参)												
朝食	ご飯 鶏肉の塩焼き 和風サラダ 味噌汁(茄子、人参)												
	ご飯 和風おろしハンバーグ 蓮根の梅サラダ 味噌汁(じゃが芋、揚げ)												
朝食	ご飯 パナナカステラ 紅茶												
	焼きドーナッツ(豆乳) コーヒー ミルクもち コーヒー												
朝食	ご飯 ほきの菜種焼き なすの味噌炒め 吸い物(昆布、みつば)												
	ご飯 ふくさ玉子焼き 金平人参 味噌汁(オクラ、玉ねぎ)												
朝食	ご飯 肉団子のトマト煮 ミモザサラダ コンソメスープ												
	ご飯 さわらの照り焼き 小芋の煮ころがし 味噌汁(南瓜、豆腐)												
朝食	きのこ雑炊 カリフラワーサラダ あんず缶 牛乳												
	あずき粥 がんもの煮物 味噌汁(じゃが芋、ねぎ) 牛乳												
朝食	松風焼き ほうれん草のお浸し 赤だし(切り麩、ねぎ)												
	鶏の菜種焼き 菜の花の辛子和え 赤だし(豆腐、ねぎ)												
朝食	ご飯 ホットケーキ 紅茶												
	カレーライス ミモザサラダ 漬物(福神漬け) パパロア												
朝食	ご飯 赤魚の煮付 揚げ茄子のそぼろポン酢 吸い物(はんぺん、みつば)												
	ご飯 ハマチの煮付け 金平ごぼう 味噌汁(白菜、豆腐)												
朝食	中華風雑炊 キャベツのドレッシング和え 洋梨缶 牛乳												
	とり雑炊 ほうれん草の海苔和え 味噌汁(オクラ、人参) 牛乳												
朝食	雑炊 ツナサラダ 黄桃缶 牛乳												
	さつま芋粥 小松菜の和え物 味噌汁(玉ねぎ、揚げ) 牛乳												
朝食	ご飯 鶏の菜種焼き 菜の花の辛子和え 赤だし(豆腐、ねぎ)												
	ご飯 鶏の塩焼き オクラのおかか和え 味噌汁(ほうれん草、えのき)												
朝食	ご飯 チーズ入り蒸しパン 紅茶												
	若菜雑炊 冬瓜の甘辛煮 味噌汁(白菜、ねぎ) 牛乳												
朝食	ご飯 赤魚の煮付 揚げ茄子のそぼろポン酢 吸い物(はんぺん、みつば)												
	若菜雑炊 冬瓜の甘辛煮 味噌汁(白菜、ねぎ) 牛乳												
朝食	中華風雑炊 キャベツのドレッシング和え 洋梨缶 牛乳												
	とり雑炊 テンゲン菜のクリーム煮 カルメル 牛乳												
朝食	ご飯 鶏の菜種焼き 菜の花の辛子和え 赤だし(豆腐、ねぎ)												
	☆お誕生日メニュー☆ 山菜おこわ 炊き合わせ 刺身盛り合わせ 吸い物(花麩、水菜)												
朝食	ご飯 ホキの柚子味噌焼き 根菜煮 かき玉汁												
	ご飯 牛肉のスタミナ炒め 小松菜とゆばの和え物 味噌汁(しめじ、玉ねぎ)												
朝食	ちりめん雑炊 アスパラソテー みかん缶 牛乳												
	雑炊 カリフラワーのドレッシング和え 味噌汁(切麩、ねぎ) 牛乳												
朝食	ご飯 豚肉のバターポン酢炒め ポテトサラダ コンソメスープ												
	ご飯 鶏肉の柚子胡椒焼き 大豆の煮物 赤だし(なめこ、みつば)												
朝食	今川焼き(抹茶) コーヒー												
	ご飯 肉団子のクリーム煮 ほうれん草とエリンギのソテー ミネストローネ												
朝食	ご飯 肉団子のクリーム煮 ほうれん草とエリンギのソテー ミネストローネ												
	ご飯 ほっけの漬焼き 大根と竹輪の和風和え 吸い物(巻き麩、みつば)												



★予定献立の為、都合により献立を変更する場合があります。