

令和7年2月の献立表

株式会社MTT管理部

				1日（土）							
朝食🍳		夕食🌙		朝食🍳		夕食🌙					
トマトと卵炒め コールスロサラダ パン 白菜スープ 『厳選スープレシピ』73頁 果物		豚肉生姜焼き レタスサラダ ほうれん草とちくわのおかか和え ご飯 納豆 団子入りお吸い物 「厳選スープレシピ」73頁									
3日（月）		4日（火）		5日（水）		6日（木）		7日（金）		8日（土）	
朝食🍳		夕食🌙		朝食🍳		夕食🌙		朝食🍳		夕食🌙	
ワカメうどん （焼きウンナー添え） 白菜サラダ 果物 味噌汁（鶏肉団子、春雨） 紅茶かコーヒー		白身チーズフライ ＊コールスローサラダ＊添え おでん（豆腐、大根、こんにゃく） ご飯 ヨーグルト		鶏もも肉のさっぱり照り焼き しょうゆラーメン キャベツサラダ付 油揚げと大根の煮物 牛乳 ご飯 紅茶かコーヒー		しょうゆラーメン ブロッコリーサラダ コーンごはん イカ焼き 果物		鮭魚のチーズ焼き 麻婆茄子 肉団子と野菜の煮物 もやしとハムの辛子醤油和え ヨーグルト 白ご飯 味噌汁（豆腐、ワカメ、寒天）		親子丼 キャベツとパプリカのサラダ 果物 味噌汁 （豆腐 ワカメ 寒天） 紅茶かコーヒー	
10日（月）		11日（火）		12日（水）		13日（木）		14日（金）		15日（土）	
朝食🍳		夕食🌙		朝食🍳		夕食🌙		朝食🍳		夕食🌙	
いかと里芋の煮物 「定番」30頁 豆腐焼く ゆでキャベツ ご飯 果物 緑茶かコーヒー		ホッケの塩焼き 胡瓜とワカメのサラダ 卵とレタスのバター醤油炒め ご飯 ヨーグルト 味噌汁（鶏肉団子）		鶏ひき肉とひじきのつくね miniハンバーグ キャベツサラダ添え キムチと鶏肉の炊き込みご飯 果物 ヨーグルト きのこのスープ （寒天入り）		簡単お赤飯 ウンナーと野菜のソテー 白菜とワカメのサラダ 豚肉もやしスープ 果物 緑茶かコーヒー		鶏肉の照り焼き レンコンサラダ 人参のごま和え ご飯 ヨーグルト 薬味たっぷりしょうがスープ		銀鮭バター焼き キャベツサラダ付 キャベツとはんぺんのごま和え ごはん 中華スープ（小松菜と卵） 緑茶かコーヒー	
17日（月）		18日（火）		19日（水）		20日（木）		21日（金）		22日（土）	
朝食🍳		夕食🌙		朝食🍳		夕食🌙		朝食🍳		夕食🌙	
卵の目玉焼き ワカメときゅうり と缶銀鮭のサラダ 果物 牛乳 食パン 緑茶かコーヒー		オニオンソースハンバーグ ＊ナポリタン＊ 白菜と卵のさっぱりサラダ ねぎのコンソメスープ ヨーグルト 味噌汁（えのき）		キャベツとチキンのトマト チーズ煮 和風豆腐ステーキ 豚肉と野菜の塩だれ焼き マヨソテー 梅としらすのおかかごはん 果物 緑茶かコーヒー		鶏肉の照り焼き 牛丼（ジャガイモ入り） フレッシュサラダ かぼちゃの煮物 「定番」68頁 ヨーグルト 味噌汁（あさり）		スパイシーししゃも 老醋白菜（肉、木耳、白菜、粉丝） さつまいもレモン煮 アボカドと豆腐サラダ ヨーグルト ご飯 納豆		海老とゴーヤーのチャンプルー レタスと豆苗サラダ ひじきとほうれん草のごま和え 中華スープ（卵とトマト） ご飯 ヨーグルト	
24日（月）		25日（火）		26日（水）		27日（木）		28日（金）			
朝食🍳		夕食🌙		朝食🍳		夕食🌙		朝食🍳		夕食🌙	
振替休日		ミートボール キャベツサラダ 味噌けんちん煮物 赤ご飯 果物 緑茶かコーヒー		香味漬け焼きチキン ＊野菜ソテー 白菜サラダ ご飯 ヨーグルト 味噌汁（卵と豆腐）		チーズオムレツ ベーコンと野菜ソテー ひき肉とにらのごまスープ 果物 ご飯 緑茶かコーヒー		じゃが芋チーズもち たらのバターしょうゆムニエル 長いもの和風ピカタ レタスと豆苗サラダ 赤ご飯 ヨーグルト 緑茶かコーヒー		オムライス ひじきの煮物 「定番」74頁 果物 味噌汁（寒天 豆腐 ワカメ） 緑茶かコーヒー	