



ノーボーダーズ

				1 金	2 土
				豚しゃぶ キャベツと胡瓜の和え物 揚げ餃子 大根と厚揚げの煮物 フルーツ	鶏の唐揚げ 千切りキャベツ 蓮根炒め 冷奴・真丈煮 ミニゼリー・漬物
4 月 おにぎり	5 火	6 水 炊込みごはん	7 木	8 金	9 土
鶏の唐揚げ ロールキャベツ 焼きちゃんぽん 金平ごぼう フルーツ	おさかなナゲット ハムステーキ ビーフソテー ひじき煮・がんもどき煮 フルーツ	豚すき煮 焼き豆腐煮 アメリカンドッグ ポテトフライ フルーツ	照焼きハンバーグ 和風スパゲティソテー 竹輪煮 豆腐チャンプル ミレービスケット	エビカツ ウィンナー 春雨ソテー・枝豆 じゃが芋煮 フルーツ	白身魚フライ ジャンボミートボール 千切りキャベツ・根菜炒め 茶碗蒸し・里芋煮 イチゴプチホットケーキ・漬物
11 月	12 火 若布ごはん	13 水 おにぎり	14 木	15 金 そぼろごはん	16 土
フライドチキン 九条ネギオムレツ 千切りキャベツ・金平蓮根 なめ茸・マグロ角煮 もずく酢・漬物	豚肉豆もやしソテー コーン焼売 ポテトフライ マカロニサラダ フルーツ	照焼きチキン 南瓜と厚揚げの煮物 もやしの和え物 ほうれん草サラダ フルーツ	ハートコロッケ ミートボール ミートパンネ ブロッコリーの和え物・人参煮 フルーツ	サワラの磯揚げ煮 焼きうどん・枝豆 さつま芋のレモン煮 大根と竹輪の煮物 フルーツ	焼肉・春巻き 筍かつお 厚揚げ煮・とろろパック 笹かま煮 漬物
18 月	19 火 おにぎり	20 水 炊込みごはん	21 木	22 金	23 土
星コロッケ ウィンナー スパゲティソテー ごぼうとチキンのサラダ フルーツ	鶏肉ケチャップ炒め 粉ふき芋 竹輪の天ぷら 春雨の酢の物 フルーツ	サバの照焼き 豆腐焼売 もやしのゆかり和え 生麩の煮物 フルーツ	ハンバーグ野菜トマトソース 揚げコーンボール じゃが芋ソテー バンバンジーサラダ フルーツ	揚げ鶏レモン煮 白菜とコーンの和え物 大学芋 ミート大豆煮 フルーツ	おろしハンバーグ 千切りキャベツ がんもどき煮 オムレツ・さつま揚げ煮 ミニ大福もち・漬物
25 月	26 火 おにぎり	27 水 コーンごはん	28 木	☆食材仕入れの都合により多少変更することがございます。	
豆腐ハンバーグ 焼きそば ポークピッツ さつま芋と大豆の甘がらめ フルーツ	三角カレー春巻き 鶏のバーベキューソース焼き キャベツソテー 枝豆・高野豆腐煮 フルーツ	肉団子の酢豚風 チキンナゲット 南瓜サラダ ナルト煮 フルーツ	白身魚フライタルタルソース 小籠包 マカロニカレーソテー じゃが芋ミンチソテー フルーツ		



節分

豆知識

節分に豆をまく習慣は室町時代頃からはじまったとされます。鬼を追い払うために使う豆ですが、悪いものに勝つ、強い力があると信じられていたそうです。また、地域によりさまざまですが豆を年齢の数だけ食べる（または年齢の数に1つ加える）と病気にかからないともいわれています。

