

# さんえす 2月献立予定表(夕)

日	月	火	水	木	金	土
				1 白身魚の蒲焼き風 カレー風味ソテー	2 筑前煮 おみ漬け白和え	3 さばと豆腐の 胡麻味噌煮 豚肉とこんにゃく炒め
4 ホイコーロー カブと油揚げの煮物	5 ほっけの塩焼き 白菜と春雨の煮物	6 鶏肉の黒酢炒め 筍と玉子の中華風炒め	7 タラの土佐煮 野菜入り炒り玉子	8 メンチカツ 茄子の吉野煮	9 マスの塩焼き 筍と鶏肉のクリーム煮	10 薄切肉と 3種パプリカの酢豚 里芋のそぼろあんかけ
11 タラと野菜の クリーム風味 里芋のそぼろあんかけ	12 八宝菜 蒸し鶏と茄子の味噌炒め	13 さわらの幽庵焼き レバーの生姜煮	14 チキン竜田 甘酢ソース 牛肉入り野菜の甘辛煮	15 にしんの生姜煮 海老入りビーフン	16 鶏肉と枝豆の オイスター炒め かぼちゃの含め煮	17 白身魚フライ キャベツのコンソメ煮
18 牛肉の甘辛 鶏ごぼう	19 鮭つみれの ホワイトソース さつま芋と豚肉の胡麻味噌煮	20 チーズ入りチキンカツ ほうれん草と玉ねぎのソテー	21 ソウダガツオの 旨塩焼き 炊き合わせ	22 鶏肉のオニオンソース ちくわの煮物	23 イワシの甘露煮 ふきと油揚げの煮物	24 肉野菜炒め 四色豆腐
25 赤魚の照り煮 若竹真丈	26 タラのみぞれ煮 青菜のけんちん炒め煮	27 白身魚のねぎあんかけ 肉野菜炒め	28 鶏肉の カシューナッツ炒め カレービーフン	29 アジの塩焼き ふきと油揚げの煮物		

※献立予定は予告なく変更させて頂く場合がございます