

令和8年 villa くる 2月 予定献立表

※食材調達の都合により変更することがございます。※お米は比田米を使用しています。

日付	1 (日)	2 (月)	3 (火) 節分	4 (水)	5 (木)	6 (金)	7 (土)
朝食	インゲンとベーコンの炒め物 揚げ芋の辛味だれ ご飯、味噌汁	蛸さやの中華風卵とじ煮 ブロッコリーと海老の炒め物 ご飯、味噌汁	茸のスクランブルエッグ カリフラワーの和風炒め ご飯、味噌汁	焼きビーフン 玉葱の卵とじ ご飯、味噌汁	もやしの中華炒め 胡麻肉(やが) ご飯、味噌汁	おからの煮物 ブロッコリーとベーコンの炒め物 ご飯、味噌汁	金時豆煮 青菜とさつま揚げの煮浸し ご飯、味噌汁
昼食	赤魚のおろし煮 牛蒡のそぼろ煮 胡瓜と若布の酢の物 ご飯、味噌汁	お好み焼き風天婦羅 ジャーマンポテト 青菜と竹輪のぬた ご飯、すまい汁	どろそば ブロッコリーサラダ 蒟蒻の酢味噌和え ご飯、すまい汁	カツ丼 里芋の利休煮 青菜の白和え 味噌汁	赤魚の柏漬け焼き 焼きそば 豆と胡瓜のサラダ ご飯、味噌汁	おでん風 三色お浸し フルーツ ゆかりご飯、味噌汁	揚げ鰯の野菜あんかけ 高野豆腐のそぼろ煮 人参といいきのツナサラダ ご飯、味噌汁
夕食	鶏の唐揚げ がんもの煮物 大根サラダ ご飯、味噌汁	ホッケの照り焼き 白菜のそぼろ煮 スードルサラダ ご飯、味噌汁	メンチカツりんご甘酢あん 大豆の甘辛煮 コールスローサラダ ご飯、すまい汁	鰯の煮付け 花鮨と蕗の煮物 牛蒡と蒸し鶏のサラダ ご飯、味噌汁	豚肉の生姜焼き 切り干し大根と小角揚げの煮物 若布サラダ ご飯、味噌汁	鰯のレモンオイル焼き 鰯園子の煮物 ブロッコリーの胡麻和え 茎の酢の物 ご飯、味噌汁	鰯園子の煮物 ブロッコリーの胡麻和え 茎の酢の物 ご飯、味噌汁
日付	8 (日)	9 (月)	10 (火)	11 (水) 建国記念の日	12 (木)	13 (金)	14 (土)
朝食	大根の味噌煮 チャブチ風炒め ご飯、味噌汁	金平蓮根 チャブチ風炒め ご飯、味噌汁	刻み昆布と人参の梅煮 三色炒め ご飯、味噌汁	牛肉と荀の時雨煮 青菜のシーフード炒め ご飯、味噌汁	手し椎茸と春雨の炒め物 ブロッコリーのビーナツ炒め ご飯、味噌汁	青菜とがんものの煮物 キャベツと油揚げのおかか炒め ご飯、味噌汁	青菜とがんものの煮物 キャベツと油揚げのおかか炒め ご飯、味噌汁
昼食	鶏肉のバジルオイル焼き 若芽の卵とじ もやしの胡麻酢和え ご飯、味噌汁	鰯の味噌焼き 青菜とさき蒟蒻の煮物 キャベツと蒸し鶏のナムル ご飯、すまい汁	豚カツ味噌だれ じやが芋の金平 マカロニサラダ ご飯、すまい汁	マスの漬け焼き 金時豆煮 マカロニサラダ ご飯、味噌汁	豚肉と蓮根の甘酢炒め 筑前煮 コールスローサラダ ご飯、味噌汁	チキンカレー 福神漬け 切り干し大根の葉種和え ひじきサラダ	豚肉の照り味噌炒め 大根の高野そぼろ煮 弄茸のパブリカの酢の物 ご飯、すまい汁
夕食	マスの煮付け 南瓜の煮物 シェルベジサラダ ご飯、味噌汁	鶏肉の赤そ天婦羅 カリフラワーのくず煮 大根の梅サラダ ご飯、味噌汁	鰯の焼きマリネ 里芋の煮物 胡瓜と若芽の酢の物 ご飯、味噌汁	鰯の韓国風煮 パブリカといいきの炒り煮 胡瓜と若芽の酢の物 ご飯、味噌汁	ホッケの漬け焼き 卵サラダ 小松菜と蒸し鶏の和え物 ご飯、味噌汁	ホッケのキムチ炒め 蒟蒻の中華風旨煮 カリフラワーと海老の梅味噌和え ご飯、すまい汁	鰯フライ 白菜のキムチ炒め インゲンの里胡麻サラダ ご飯、味噌汁
日付	15 (日)	16 (月)	17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)	21 (土)
朝食	スクランブルエッグ 青菜と竹輪の煮浸し ご飯、味噌汁	せんまいの煮物 蕗の金平風 ご飯、味噌汁	三角豆腐天煮 竹輪と人参のカレー炒め ご飯、味噌汁	千草焼きあんかけ 春雨と豚肉の甘辛炒め ご飯、味噌汁	蒟蒻のオランダ煮 中華風卵とじ ご飯、味噌汁	カリフラワーのくず煮 蓮根の明太炒め ご飯、味噌汁	蒸し鶏と野菜の和風炒め 蕗と豆乳いんじょうの煮物 ご飯、味噌汁
昼食	赤魚のおろし煮 さつま芋のサラダ 青菜の白和え ご飯、味噌汁	蒸し豚と野菜の味噌だれかけ 青菜チャンプル 胡瓜と油揚げの酢の物 ご飯、すまい汁	ブリ南蛮 イタリアン金平 もやしの胡麻和え ご飯、味噌汁	焼きそば 春雨とさつま揚げのお浸し フルーツ ご飯、味噌汁	ホッケの照り焼き キャベツのビーナツ炒め 胡瓜と竹輪の酢の物 炊き込みご飯、味噌汁	チキンカツ 里芋の味噌煮 大根サラダ ご飯、すまい汁	麻婆丼 ボテサラダ 青菜のおかか胡麻和え 味噌汁
夕食	親子煮 焼き合せ ブロッコリーの味噌サラダ ご飯、すまい汁	鰯の揚げ 大豆の甘辛煮 オニオンサラダ ご飯、味噌汁	鶏肉のケチャップ照り焼き やわらか角揚げの煮物 大根の生姜酢和え ご飯、味噌汁	マスの中華風照り焼き じやが芋の煮物 シエルベジサラダ ご飯、味噌汁	鶏肉と牛蒡の唐揚げ エビチリ風 岩布サラダ ご飯、味噌汁	赤魚の柏漬け焼き ソナサラダ 青菜とえのきの柚子和え ご飯、味噌汁	おからコロッケ ナボリタン 牛蒡の梅サラダ ご飯、コンソメスープ
日付	22 (日)	23 (月) 天皇誕生日	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)	28 (土)
朝食	ふろふき大根そぼろあんかけ 青菜と突き蒟蒻の煮物 ご飯、味噌汁	切り干し大根の煮物 肉(やが) ご飯、味噌汁	焼き合せ 牛蒡と牛肉の甘辛炒め ご飯、味噌汁	蛸さやの卵とじ 玉葱とひき肉の甘酢ケチャップ炒め ご飯、味噌汁	五目煮 三種の根菜つみれ煮 ご飯、味噌汁	インゲンと系蒟蒻の煮物 大根とがんものの煮物 ご飯、味噌汁	ふんわり野菜豆腐煮 もやしのカレー炒め ご飯、味噌汁
昼食	牛肉の柳川風 竹輪の味噌炒め 三色お浸し ご飯、すまい汁	ハヤシライス 山吹和え マカロニサラダ フルーツ	揚げ鶏のおろしだれかけ 刻み昆布の煮物 青菜の洋風白和え ご飯、味噌汁	鰯の辛子マヨネーズ焼き 春雨の中華炒め ブロッコリーサラダ ご飯、コンソメスープ	梅あんかけうどん ビーマンと竹輪の混和え さつま芋といいきのサラダ ご飯	鰯の煮付け 青菜のポン酢炒め 若芽サラダ ご飯、味噌汁	鶏肉の照り焼き 豆腐のえのきかけ 人参の胡麻酢和え ご飯、味噌汁
夕食	マスのおろし煮 ひじきサラダ パンサンスター ご飯、味噌汁	鰯の味噌焼き 青菜と細切り高野の煮物 カリフラワーとピーリング ご飯、すまい汁	鰯のバジルオイル焼き 南瓜のいご煮 パンパンジーサラダ ご飯、味噌汁	酢豚 青菜とさつま揚げのお浸し キャベツの辛味噌和え ご飯、すまい汁	鰯のタンドリー風焼き おからの煮物 胡瓜としめじの胡麻風味酢の物 ご飯、味噌汁	ハンバーグ ジャーマンポテト 牛蒡サラダ ご飯、コーンスープ	揚げ鰯の中華あんかけ 筑前煮 キャベツのツナサラダ ご飯、味噌汁
日付	～忠光フードサービスより～						
朝食	新春の候、皆様方におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。 旧年中は格別のご厚情を賜り、心よりお礼申し上げます。本年も変わらぬご愛顧をいただきますよう宜しくお願い申し上げます。 年末年始にかけてご用意いたしました。年越しそばやおせち料理はお楽しみいただけましたでしょうか。2月も旬の食材を取り入れ、季節を感じていただけるような献立をご用意しております。 冬に旬を迎える野菜には、牛蒡や蓮根などの根菜類があります。根菜類には、ビタミンEやビタミンC、ミネラルなど体を温める働きを持つ栄養素が豊富に含まれています。これらの栄養素は、血行を促進し、体温を維持するのに役立ちます。特にビタミンEは毛細血管を広げる働きがあり、冷え性の改善に役立ちます。 本年も季節を感じ、よりお元気にお過ごしいただけますよう、スタッフ一同心を込めたお食事を提供致します。						
昼食							
夕食							