

2月の献立



「大豆」

古来より米や麦などの五穀には精霊が宿り中でも粒が大きく多くの精霊が宿るといわれているのが大豆であることから、大豆は鬼払いの豆まきに使用されています。

みねのさとでは大豆／植物性タンパク質をたっぷり取り入れた豆料理を多数提供しています。お楽しみください。

月	火	水	木	金	土
			1	2	3
			豆腐ハンバーグ ひじき煮 切干大根サラダ	豚肉ブロック リー炒め レンコン金平 インゲン豆エス ニック風	ちらし寿司 大根つくね煮 ほうれん草胡麻 和え 豚汁
5	6	7	8	9	10
野菜豆乳ポーク シチュー ひじき煮 じゃこ小松菜酢 の物	豆腐香り焼き 白菜胡麻和え 酢人参 味噌粕汁	アジ竜田揚げ 大豆昆布煮 三色なます	かにかま卵あん かけインゲン胡 麻和え 野菜マリネ	豚肉南蛮炒め おから ほうれん草お浸 し	冬きのこ野菜カ レー コールスロー 金時煮豆
12	13	14	15	16	17
八宝菜 さつまいも甘煮 インゲン酢の物	豚肉生姜焼き 高野豆腐煮 酢人参	豆腐ハンバーグ ひじき煮 切干大根サラダ	そぼろ肉じゃが 厚揚げみぞれ煮 キャベツ昆布和 え	じゃがいも和牛 コロケ 切り干し大根煮 インゲン酢の物	麻婆豆腐 白菜ちくわ煮 もずく酢の物
19	20	21	22	23	24
豆腐香り焼き 白菜胡麻和え 酢人参 味噌粕汁	ハヤシライス きのこソテー ポテトサラダ 金時煮豆	豚肉南蛮炒め おから ほうれん草お浸 し	タラの天ぷら 白菜ポン酢煮 ポテトサラダ	おでん ひじき煮 じゃこ小松菜酢 の物	サワラ西京焼き さつまいも甘煮 野菜甘酢漬け
26	27	28	29		
白身魚タルタル ソース厚揚げみ ぞれ煮 キャベツマリネ	豚肉ブロック リー炒め レンコン金平 インゲン豆エス ニック風	野菜豆乳ポーク シチュー ひじき煮 じゃこ小松菜酢 の物	三色丼 豆腐きのこあん かけ もずく酢の物		

※上記にごはんとみそ汁が付きます。

※献立は当日の仕入れ状況により変更になる場合があります。ご了承いただきますようお願い申し上げます。