



2月Cランチ



㈱ヤオハルフーズ半田

愛知県半田市瑞穂町7-8-9
TEL (0569) 24-3678
フリーダイヤル 0120 393949

日	献立	日	献立
1 (水)	鶏肉のカレーソテー & 目玉焼きフライ ブロッコリーのコンソメ煮 枝豆のマリネ 823kcal	16 (木)	鶏の胡麻照り焼き 小松菜のナムル 金平ごぼう 820kcal
2 (木)	エビフライ & 白身フライ 春雨の海鮮酢の物 ひじきの白和え 857kcal	17 (金)	豚のすきやき風煮 青梗菜のオイスターソテー ビーフン炒め 784kcal
3 (金)	かぼちゃコロケ & 餃子 もやしのピリ辛和え 根菜の煮物 805kcal	18 (土)	イカ野菜カツ ナポリタン ピーマンのおかか炒め 856kcal
4 (土)	豚の焼き肉炒め カレースパ 青梗菜とツナの煮物 735kcal	19 (日)	
5 (日)		20 (月)	鶏の磯辺揚げ 切干大根の煮物 卵の花 772kcal
6 (月)	ハンバーグ & オムレツ 高野豆腐の煮物 ビーフンサラダ 801kcal	21 (火)	サゴシの照焼 & ササミチーズフライ 筍と山菜の胡麻炒め 茄子の生姜醤油和え 738kcal
7 (火)	鯖の照焼 & ハムカツ 切干大根の韓国風煮物 れんこんの炒め煮 823kcal	22 (水)	豚カツ わけぎの和え物 マカロニサラダ 847kcal
8 (水)	チキンカツ 炒り豆腐 ほうれん草の胡麻味噌煮 798kcal	23 (木)	豚肉の味噌炒め じゃがいものチリソース煮 昆布豆 795kcal
9 (木)	鮭の塩焼き & 春巻き 糸切り昆布の煮物 南瓜サラダ 798kcal	24 (金)	鰯のカレー焼き & ミニフライ 南瓜の煮付 ごぼうサラダ 739kcal
10 (金)	いわしソフライ もやしとピーマンの味噌炒め 茄子和え 714kcal	25 (土)	鶏の唐揚げ ほうれん草ともやしの胡麻炒め 金平蓮根 935kcal
11 (土)	サゴシの照焼 & イカフライ 上海焼きそば ブロッコリーのかか和え 710kcal	26 (日)	
12 (日)		27 (月)	鯖の西京焼き & ササミカツ 青梗菜のコンソメ煮 ひじきの煮物 720kcal
13 (月)	肉団子の野菜あんかけ 菜の花の辛子醤油和え 春雨の中華炒め 806kcal	28 (火)	ベジチャメルフライ バジルスパ ブロッコリーピーナッツ炒め 861kcal
14 (火)	アジフライ じゃがいものカレー煮 ピリ辛コンニャク 814kcal	29 (水)	メンチカツ ほうれん草の炒め物 筍の酢味噌和え 899kcal
15 (水)	エビカツ & ハンバーグ 筍の中華炒め 茄子の味噌和え 835kcal		

※仕入れの都合により献立の変更がある場合がありますのでご了承下さい。
ご飯は国内産の白米を使用しております。

今年は、うるう年ですね。給料日が月末の我が家では、何とか凌がなくてはいけない日が去年より1日多い年でもあります(笑)2月と言えば、やっぱり節分！
恵方巻きが最近の流行りですが、昔はそんな風習、やった覚えが無い。
豆は撒いたけど、踊らされているのではないかと思いつつも、聞いちゃったからにはやらなきゃ！みたいなの…。でも黙って丸々1本かぶりついて完食ってツライです。我が家は輪切りにしちゃってるし、おしゃべりしてるし、豆撒きの豆も小袋のまま撒いています。適当さが露呈している我が家かな。