

令和5年2月 献立表

	2月12日(日)	2月13日(月)	2月14日(火)	2月15日(水)	2月16日(木)	2月17日(金)	2月18日(土)
朝食	メロンパン	白粥	食パン	白粥	バターロール	白粥	白粥
	しろ菜のサラダ	漬物	ジャム	漬物	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	がんも煮 	ソーセージソテー	小松菜の炒め煮	チーズサラダ	たまごとじ	いか団子の旨煮
	果物 	果物	牛乳	果物	牛乳 	果物	果物
		味噌汁	ヨーグルト	味噌汁	果物	味噌汁	味噌汁
	513Kcal 1.2g	378Kcal 2.3g	499Kcal 1.7g	323Kcal 2.0g	493Kcal 1.4g	358Kcal 2.3g	374Kcal 2.5g
昼食	御飯	おにぎり	御飯 	御飯	御飯 	鶏天丼	御飯
	かれいの煮付け	きつねうどん	ハートコロッケ盛り合わせ	さわらのきのこあんかけ	ハンバーグ	切昆布の炒め煮	太刀魚の梅干し煮
	添え(いんげん)	だし巻きたまご	添え(キャベツ)	さつまいもの金平	添え(アスパラ・グラッセ)	菜の花の辛子酢味噌和え	添え(白菜・人参)
	金時豆煮	スナックえんどうごま和え	なすの生姜あん	蒸し鶏のサラダ	きのこのソテー	清汁	ひじき炒め煮
	ほうれん草和え物		アスパラのドレ和え	味噌汁 	イタリアンサラダ		オクラのとろろ芋和え
	吉野汁 		コーンスープ		コンソメスープ		かす汁 
488Kcal 2.3g	531Kcal 3.4g	773Kcal 3.2g	629Kcal 2.8g	647Kcal 2.9g	694Kcal 3.6g	607Kcal 2.5g	
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	牛肉のねぎソース	チキンのワインソース	肉味噌豆腐	牛肉オイスター炒め	あじの香味焼き	豚肉と野菜の煮合わせ	お豆腐グラタン
	添え(スナックエンドウ)	添え(ブロッコリー)	春菊の煮浸し	とうがん含め煮	添え(ししとう)	ほうれん草炒め	いんげんとちくわ煮
	石垣豆腐(小)	かぶのそぼろ煮	なます	ピーマンサラダ	炒り豆腐	カリフラワーの和え物	カニかまのごま和え
	ふきの和え物	春雨サラダ	清汁 	中華スープ	大根の和え物	味噌汁 	コンソメスープ 
	味噌汁	コンソメスープ			具だくさん汁		
596Kcal 3.2g	635Kcal 2.5g	516Kcal 2.9g	694Kcal 2.8g	559Kcal 2.4g	513Kcal 2.7g	615Kcal 3.6g	
総合計	1597Kcal 6.7g	1544Kcal 8.2g	1788Kcal 7.8g	1646Kcal 7.6g	1699Kcal 6.7g	1565Kcal 8.6g	1596Kcal 8.6g

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。