

# 令和5年2月 献立表

	1月29日(日)	1月30日(月)	1月31日(火)	2月1日(水)	2月2日(木)	2月3日(金)	2月4日(土)
朝食	はちみつパン	白粥	食パン	白粥	バターロール	白粥	白粥
	フレンチサラダ	漬物	ジャム	漬物	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	肉団子の旨煮	スパゲティサラダ	ちくわの煮物	ソーセージサラダ	アスパラのドレ和え	かぶの煮物
	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
	448Kcal 1.1g	344Kcal 2.5g	523Kcal 1.9g	329Kcal 2.4g	465Kcal 1.4g	358Kcal 2.0g	313Kcal 2.3g
昼食	明太子の混ぜご飯	御飯	御飯	赤飯	御飯	巻寿司 	おにぎり
	洋風玉子焼き	あじの磯辺焼き	マーマレードチキン	大和煮	鶏のもろみ味噌	いわし梅煮 	肉うどん
	添え(ピーマン)	添え(山菜ごま和え)	添え(アスパラ)	いんげんのソテー	添え(ブロッコリー)	添え(茄子・人参)	しろ菜の和え物
	ひじき煮	卵の花	大豆煮	カリフラワーの甘酢和え	さつま芋のレモン煮	菜の花のかか和え	フルーチェ
	いんげんのかか和え	春菊のお浸し	小松菜のかか和え	かす汁 	もやしのゆず醤油和え	赤だし 	
	味噌汁 	味噌汁 	清汁 		清汁	福豆 	
	573Kcal 3.8g	544Kcal 2.7g	587Kcal 2.9g	669Kcal 2.8g	660Kcal 2.7g	536Kcal 2.8g	688Kcal 3.2g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	菜飯	御飯	御飯
	鶏のスパイス風味焼き	八宝菜	鮭のバター醤油焼き	ゆで豚のごまだれ	五目卵銀あんかけ	豚肉のカレー風味炒め	豆腐ステーキの野菜ソース
	添え(ブロッコリー)	ニラもやし炒め	添え(グラッセ)	なすの揚げ浸し	じゃが芋の炒め煮	焼き餃子	れんこんの旨煮
	根菜煮	カリフラワーのツナ和え	ピーマンのそぼろ炒め	かぶの和え物	オクラの和え物	春雨サラダ	めかぶ
	チンゲン菜のごま和え	中華スープ 	キャベツとカニの和え物	味噌汁 	味噌汁	味噌汁 	味噌汁 
	コンソメスープ 		コンソメスープ				
	557Kcal 2.6g	606Kcal 2.5g	535Kcal 3.1g	634Kcal 2.6g	523Kcal 3.3g	675Kcal 2.7g	588Kcal 2.8g
総合計	1578Kcal 7.5g	1494Kcal 7.7g	1645Kcal 7.9g	1632Kcal 7.8g	1648Kcal 7.4g	1569Kcal 7.5g	1589Kcal 8.3g

※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。