

令和5年2月 献立表

	2月19日(日)	2月20日(月)	2月21日(火)	2月22日(水)	2月23日(木)	2月24日(金)	2月25日(土)
朝食	ミニ抹茶ツイスト	白粥	食パン 	白粥	バターロール	白粥	白粥
	マカロニサラダ	漬物	ジャム 	漬物	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	平天の煮物	ウインナーのスープ煮	白菜の和え物	ナポリタン	ブロッコリーのツナ炒め	炒り卵 
	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
	486Kcal 1.3g	313Kcal 2.3g	481Kcal 1.7g	310Kcal 2.4g	476Kcal 1.3g	371Kcal 1.9g	385Kcal 2.1g
昼食	<お誕生日会>	明太子の混ぜご飯	御飯	<small>【駅弁の日】山形県・米沢駅「べっこ弁当」</small>	御飯	御飯	キーマカレー
	御飯	洋風玉子焼き	めばるの煮付け	御飯 	関東炊き	さけの照り焼き	漬物(福神漬)
	牛肉の洋風煮込み	添え(ソテー)	添え(白ねぎ・人参)	メンチカツ 	スナップえんどう炒め	添え(白ねぎ)	キャベツサラダ
	ブロッコリーソテー	大根菜炒め	高野煮	添え(キャベツ・ブロッコリー)	春雨サラダ	里芋の甘辛炒め煮	フルーチェ
	野菜サラダ	もやしの柚子醤油和え	チンゲン菜のごま和え	だし巻きたまご	味噌汁	ほうれん草和え物	
	いちごゼリー 	コンソメスープ	味噌汁 	牛のしぐれ煮		味噌汁 	
				青菜和え物			
	669Kcal 2.6g	612Kcal 3.4g	490Kcal 2.6g	704Kcal 3.6g	590Kcal 2.8g	517Kcal 2.4g	685Kcal 3.3g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	ほっけのつけ焼き	豚の艶炒め	鶏の治部煮	さばのごま焼き	玉子焼き銀あんかけ	牛肉とピーマンの細切り炒め	さわら煮付け
	添え(しめじ・人参)	添え(スナップエンドウ)	なすの甘辛炒め	添え(がんも・ししとう)	大根菜の炒め煮	焼き餃子	添え(しいたけ・人参)
	アスパラソテー	大豆煮	なめたけおろし	さつまいも煮	いんげんの和え物	ぜんまいのナムル	れんこんのそぼろ炒め
	ポテトサラダ	オクラの和え物	味噌汁	ぬた和え	清汁	中華スープ	小松菜のお浸し
	味噌汁 	味噌汁 		清汁 			味噌汁
	499Kcal 2.6g	578Kcal 2.9g	657Kcal 2.9g	634Kcal 2.7g	552Kcal 3.3g	686Kcal 2.9g	531Kcal 2.7g
総合計	1654Kcal 6.5g	1503Kcal 8.6g	1628Kcal 7.2g	1648Kcal 8.7g	1618Kcal 7.4g	1574Kcal 7.2g	1601Kcal 8.1g

※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。