



予定献立一覧表



	2月23日(月)	2月24日(火)	2月25日(水)	2月26日(木)	2月27日(金)	2月28日(土)	
朝	ごはん(150) ハイカラ肉団子 キャベツとえびの 青じそ和え ふりかけ 味噌汁	ごはん(150) 竹輪とかぶの高菜炒め 納豆 漬物 味噌汁	ごはん(150) 厚焼き玉子 春菊とツナのマヨ和え たいみそ すまし汁	ごはん(150) いわしの梅煮 ほうれん草のごま和え 漬物 味噌汁 	ごはん(150) ベーコンとブロッコリーの にんにく炒め スパゲティサラダ 漬物 味噌汁	ごはん(150) ポイルウインナー 白菜のくるみみね和え ふりかけ 味噌汁	
	てんのう たんじょうび 天皇誕生日						
昼	天津飯 蒸し春巻き マカロニサラダ 中華スープ	ごはん(150) 赤魚の柚子香り蒸し 炒り豆腐 白菜のしその実和え かきたま汁	あんかけ焼きそば 3色シューマイ 青梗菜のおかか和え 中華スープ	ごはん(150) たらのタルタル焼き 南瓜のいとこ煮 かぶとかに風味の 酢の物 味噌汁	ごはん(150) 若鶏醤油香り揚げ 小松菜と玉子の 和風炒め フルーツ 味噌汁	ごはん(150) メヌケの煮付け 蓮根の オイスターソース炒め ほうれん草とホタテ風味の さっぱり和え 味噌汁	
夕	ごはん(150) 白身魚の山賊ダレかけ 里芋のピーナツがらめ オクラの旨塩和え 味噌汁	ごはん(150) 豚肉の バターポン酢炒め ふろふき大根 フルーツヨーグルト すまし汁 	ごはん(150) ハンバーグトマトソース ポテトのチーズ炒め ブロッコリーとレースンの コールスローサラダ コンソメスープ	菜飯 お好み焼き風玉子焼き ごぼうと蒟蒻の ピリ辛炒め フルーツ 味噌汁	ごはん(150) 関東炊き さつま芋の 塩バター炒め 胡瓜とえびの華風和え 味噌汁	ごはん(150) 鶏肉のきのこソース 昆布と さつま揚げの煮物 ゼリー 味噌汁	
1 日 合 計	kcal 1548 kcal 蛋白質 52.9 g 脂質 41.8 g 炭水化物 240.2 g 無機質 鉄 5.9 mg 塩分相当量 10.7 g	kcal 1492 kcal 蛋白質 57.2 g 脂質 40.8 g 炭水化物 222.6 g 無機質 鉄 7.3 mg 塩分相当量 9.3 g	kcal 1600 kcal 蛋白質 52.6 g 脂質 52.9 g 炭水化物 236.7 g 無機質 鉄 8.3 mg 塩分相当量 11.1 g	kcal 1525 kcal 蛋白質 54.7 g 脂質 41.7 g 炭水化物 238.6 g 無機質 鉄 6.5 mg 塩分相当量 9.7 g	kcal 1573 kcal 蛋白質 52.1 g 脂質 45.3 g 炭水化物 241.5 g 無機質 鉄 6.4 mg 塩分相当量 10.2 g	kcal 1403 kcal 蛋白質 59.7 g 脂質 27.7 g 炭水化物 221.9 g 無機質 鉄 6.6 mg 塩分相当量 10.2 g	1440 50.2 45.7 209.9 6.2 8.4
備考	仕入れの都合や気候、要望等により、献立が変更になる場合がございます。ご了承くださいませようお願い申し上げます。						