



節分

予定献立表

基本食1400

	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)	2月5日(日)
朝食	御飯120g 味噌汁 竹輪の炒り煮 ゆずみそ 牛乳	御飯120g 味噌汁 玉葱の炊き合わせ のり佃煮 牛乳	御飯120g 味噌汁 目玉焼き 梅びしお 牛乳	御飯120g 味噌汁 干切りの煮物 たいみそ 牛乳	御飯120g 味噌汁 オクラ納豆 のり佃煮 牛乳	御飯120g 味噌汁 大根の鶏そぼろあん ゆずみそ 牛乳	御飯120g 味噌汁 湯豆腐 梅びしお 牛乳
昼食	御飯120g 魚の照り焼き 里芋と枝豆のくず煮 豚汁 漬物	親子丼 もやしのナムル 赤出し 果物	御飯120g 魚の野菜あんかけ マカロニサラダ 青梗菜のスープ 果物	御飯120g チキンカツ ひじきの五目煮 卵スープ 漬物	ちらし寿司 鶏肉のポン酢炒め ブロッコリーのソテー 清汁 果物	御飯120g 鮭のチャンチャン焼き 茄子の味噌炒め ワカメスープ 果物	御飯120g チキンピカタ 人参のマリネ コンソメスープ 漬物
間食	★ベリーケーキ	★プリン	★コーヒーゼリー	★オレンジケーキ	★節分たまごボーロ	★小豆プリン	★ベリーケーキ
夕食	御飯120g 鶏肉のトマト煮 ツナとゆで卵のサラダ かりふりのそぼろ煮	御飯120g 白身魚のムニエル 味噌マヨネーズサラダ じゃが芋と絹さやの炒め物	御飯120g 肉豆腐 大根梅サラダ ごぼうと甘藷の金平	御飯120g 青魚の煮付け 伴三絲 もやしの炒め物	御飯120g 魚のオーロラソースかけ ほうれん草の辛子和え 南瓜の煮物	御飯120g 豚肉のﾄﾞﾏｰｽ炒め コールスローサラダ 里芋の煮物	御飯120g 白身魚のポトフ風 ツナサラダ みそじゃが
成分	エネルギー(kcal) 1403 たんぱく質 61.8 脂質 34.5	1414 58.2 43.6	1428 55.2 38.7	1424 59.8 39.6	1420 59.8 35.6	1414 57.3 39.0	1404 59.8 38.4



節分

食材の入荷状況によりメニューを変更する場合がございますのでご了承ください。

R5. 1. 30

