



ひづけ 日付	2月23日 (日)	2月24日 (月)	2月25日 (火)	2月26日 (水)	2月27日 (木)	2月28日 (金)	3月1日 (土)
あさ 朝	ショクパン りんごジャム かぼちゃサラダ ポタージュスープ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 ひじきの <sup>ニモノ</sup> 煮物 れんこんサラダ 味噌汁 (おつゆ麩) ウメ 梅びしお ギョウニユウ 牛乳	ショクパン 食パン マーマレードジャム ハムエッグ カリフラワーのソテー ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 めか <sup>ナットウ</sup> ふ納豆 菜の花としら <sup>ハナ</sup> すの和え物 味噌汁 (大根菜) ギョウニユウ 牛乳	ショクパン 食パン りんごジャム れんこんと 大豆のコンソメ <sup>ニ</sup> 煮 おからサラダ ギョウニユウ 牛乳	ベイハン 米飯 糸コンの <sup>アマカライタ</sup> 甘辛炒め 小松菜と油揚げの 辛子和え 味噌汁 (わかめ) ふりかけ (おかか) ギョウニユウ 牛乳	クリームパン スパゲティサラダ ヨーグルト ギョウニユウ 牛乳
ひる 昼	炊き込みパエリア チキンナゲット パイザンヌスープ ピーチゼリー 	ベイハン 米飯 ポークチャップ マッシュポテト オクラのチーズ おかか和え きゃべつのスープ ストロベリーババロア	ナメシ 菜飯 肉そば 胡瓜とカニカマの 酢 <sup>スノモノ</sup> の物 くだもの (フルーツミックス) 	ベイハン 米飯 鯖 <sup>サバ</sup> の竜田揚げ ふきの <sup>チュウカイタ</sup> 中華炒め いんげんの ピーナッツ和え 豚汁	サンショクドン 三色丼 かぼちゃコロッケ 赤出汁 (豆腐) 紅茶ゼリー 	ベイハン 米飯 ハンバーグ (デミグラスソース) ブロッコリー マカロニソテー 菜の花のごま和え オニオンスープ 	ベイハン 米飯 セサミカツ 千切りキャベツ 白菜の和え物 味噌汁 (もやし・にら) 
ゆ 夕	ベイハン 米飯 蓮根入りつくね焼き (照り焼き) ピーマンのソテー 白菜とえのきの和え物 味噌汁 (青梗菜) ふりかけ (しそ)	ベイハン 米飯 白身魚の 甘酢あんかけ ほうれん草と 桜エビの和え物 きくらげと玉子の 中華スープ しそ昆布	ベイハン 米飯 鶏肉のコーンマヨ焼き スナップエンドウ のソテー もやしとワカメの和え物 味噌汁 (小松菜) 野沢菜漬け	ベイハン 米飯 スパニッシュオムレツ ブロッコリー ウォルドーフサラダ カブのスープ ふりかけ (たらこ)	ベイハン 米飯 白身魚の えのき中華蒸し メンマの煮物 キャベツの 塩昆布和え 高菜漬け	ベイハン 米飯 揚げ出し豆腐の きのこあん スナップえんどうと ツナのサラダ 味噌汁 (さつま芋) くだもの (バナナ)	ベイハン 米飯 豚バラ大根 ハンサンスー 味噌汁 (香菊) ふりかけ (のりごま) 
せいぶん 成分	I補 <sup>*</sup> - 1714 kcal たんぱく <sup>しつ</sup> 蛋白質 70.1 g 脂質 52.6 g えんぶん 塩分 8.9 g	I補 <sup>*</sup> - 1907 kcal たんぱく <sup>しつ</sup> 蛋白質 79.7 g 脂質 65.5 g えんぶん 塩分 8.3 g	I補 <sup>*</sup> - 1788 kcal たんぱく <sup>しつ</sup> 蛋白質 79.3 g 脂質 57.3 g えんぶん 塩分 8.2 g	I補 <sup>*</sup> - 1740 kcal たんぱく <sup>しつ</sup> 蛋白質 73.0 g 脂質 64.1 g えんぶん 塩分 7.0 g	I補 <sup>*</sup> - 1856 kcal たんぱく <sup>しつ</sup> 蛋白質 76.9 g 脂質 51.2 g えんぶん 塩分 8.8 g	I補 <sup>*</sup> - 1762 kcal たんぱく <sup>しつ</sup> 蛋白質 65.0 g 脂質 52.1 g えんぶん 塩分 7.5 g	I補 <sup>*</sup> - 1740 kcal たんぱく <sup>しつ</sup> 蛋白質 63.8 g 脂質 68.3 g えんぶん 塩分 6.6 g

◎材料の都合により、一部献立の内容が変わることがあります。