

献立表

	月 2月23日	火 2月24日	水 2月25日	木 2月26日	金 2月27日	土 2月28日	
昼	ごはん 味噌汁 メバルのみぞれ煮 ごぼうサラダ フルーツカクテル 香の物	ごはん すまし汁 豚肉の生姜焼き 菜の花とえのきの炒め物 黄桃缶 おからサラダ	焼きそば シュウマイ かぶサラダ りんご缶	ごはん すまし汁 ささみカツ ポテトサラダ パイン缶 ひじき入り蓮根金平	ごはん すまし汁 鯖の西京焼き オクラのとろろ和え 洋梨缶 南瓜の煮物	キーマカレー コンソメスープ ブロッコリーサラダ 白桃缶 サーモンフライ	
	エネルギー 463kcal 蛋白質 18.3g 脂質 6.2g 食塩 2.3g	エネルギー 555kcal 蛋白質 19.4g 脂質 14.9g 食塩 2.8g	エネルギー 537kcal 蛋白質 17.1g 脂質 15.5g 食塩 5.4g	エネルギー 549kcal 蛋白質 15.1g 脂質 12.0g 食塩 2.7g	エネルギー 602kcal 蛋白質 20.9g 脂質 10.1g 食塩 2.8g	エネルギー 548kcal 蛋白質 18.9g 脂質 14.2g 食塩 3.7g	
3時	白あんぱん	マンゴープリン	黒糖饅頭	ヨーグルトケーキ	ぱりんこ	紅茶ゼリー	
	エネルギー 109kcal 蛋白質 3.2g 脂質 1.0g 食塩 0.1g	エネルギー 105kcal 蛋白質 1.3g 脂質 2.3g 食塩 0.2g	エネルギー 85kcal 蛋白質 1.7g 脂質 0.2g 食塩 0.0g	エネルギー 88kcal 蛋白質 2.1g 脂質 2.5g 食塩 0.1g	エネルギー 77kcal 蛋白質 0.8g 脂質 4.0g 食塩 0.3g	エネルギー 58kcal 蛋白質 0.2g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	
日計	エネルギー 572kcal 蛋白質 21.5g 脂質 7.2g 食塩 2.4g	エネルギー 660kcal 蛋白質 20.7g 脂質 17.2g 食塩 3.0g	エネルギー 622kcal 蛋白質 18.8g 脂質 15.7g 食塩 5.4g	エネルギー 637kcal 蛋白質 17.2g 脂質 14.5g 食塩 2.8g	エネルギー 679kcal 蛋白質 21.7g 脂質 14.1g 食塩 3.1g	エネルギー 606kcal 蛋白質 19.1g 脂質 15.6g 食塩 3.7g	



〈めん禁〉

- ・ ごはん
- ・ すまし汁
- ・ 肉野菜炒め
- ・ しゅうまい
- ・ かぶサラダ
- ・ りんご缶

献立変更する場合があります。ご了承ください