



2月の献立表



発注の都合により、献立内容が変更になる場合があります。麺の日は、塩分が高くなっていますが、汁を全て残せば塩分量は約半分以下になります。

2日(月)	3日(火)節分献立	4日(水)世界の郷土料理・ウクライナ	5日(木)	6日(金)
ごはん みそ汁 サーモンフライ&南瓜コロッケ 胡麻和え キウイフルーツ 663/28.7/3.8	あなたちらし 清汁 がんものの煮物 きな粉プリン 619/24.8/3.5	パン ボルシチ風 紅あずまサラダ みかん 596/20.7/2.7	ごはん みそ汁 鯖の味噌煮 大根と胡瓜のゆかり和え バナナ 593/26.7/4.1	焼うどん ブロッコリーのマヨ豆腐和え チーズ蒸しケーキ 600/27.6/3.5
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)バレンタインデー
ごはん みそ汁 カレイのハニーマスター焼き ポテトサラダ オレンジ 628/20.5/2.9	ごはん みそ汁 鶏肉の唐揚げ 胡麻酢和え キウイフルーツ 652/35.6/4.1	建国記念日	塩ラーメン 焼売 マンゴーダイスカット 麺の汁を全て飲んだ時の値です。	オムライスデミソースかけ コールスローサラダ チョコブラウニー
16日(月)	17日(火)日本の郷土料理・長崎県	18日(水)	19日(木)	20日(金)にぎり寿司献立
ごはん みそ汁 鰯の胡麻味噌焼き ひじきの煮物 新ドームケーキ(カスタード) 633/30.9/3.5	長崎ちゃんぽん 餃子 バナナ 麺の汁を全て飲んだ時の値です。 669/35.7/9.3	パン ポトフ もやしのカレーサラダ オレンジ	小海老のかき揚げ丼 清汁 ぜんまいの煮付け りんご	握り寿司 清汁 きゅうりと蟹の和え物 いちご
23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)世界の料理・韓国
天皇誕生日 きつねうどん 揚げ茄子おろしかけ プチイチゴスペシャル 麺の汁を全て飲んだ時の値です。	パン 野菜スープ 水餃子ときのこのラザニア風 りんご	ごはん みそ汁 鯖の揚げおろし煮 切干大根のフレンチサラダ みかん	カルビ風丼 わかめスープ にらともやしのナムル 杏仁豆腐 	
カロリー/たんぱく質/塩分 644/23.7/11.1	645/23.2/3.3	615/27.5/3.4	655/32.1/3.3	

★←この星印は、利用者の方のリクエストメニューの事です。