

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 646/28.4/3.8	太巻き寿司 清汁 がんもの煮物 ロールケーキ 571/19.6/4.4	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 610/27.0/4.1		★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)日本の郷土料理・宮城県		13日(金)バレンタインデー	
ごはん みそ汁 カレーのハニーマスタード焼き ポテトサラダ オレンジ 628/20.5/2.9	パン ミネストローネ マカロニサラダ キウイフルーツ 593/26.8/3.1	建国記念日		★麻婆焼きそば 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。 829/39.2/3.0		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 793/29.3/3.9			
16日(月)		17日(火)		18日(水)日本の郷土料理・長崎県		19日(木)世界の料理・アメリカ(ハワイ)		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	パン ポトフ もやしのカレーサラダ オレンジ 571/21.7/3.3	ながさき 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。 672/36.0/9.9		チキンアドボ風丼 野菜スープ ごぼうと枝豆のサラダ りんご 613/28.7/2.7		にぎり寿司 握り寿司 清汁 きゅうりと蟹の和え物 いちご 628/29.6/4.3			
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		パン 野菜スープ 水餃子ときのこのラザニア風 プチチゴスペシャル 771/25.2/3.5		きつねそば 揚げ茄子おろしかけ しっとりどら焼き 麺の汁を全て飲んだ時の値です。 631/27.3/10.3		ごはん みそ汁 鱈の揚げおろし煮 切干大根のフレンチサラダ みかん 615/27.5/3.4		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 655/32.1/3.3	
カロリー/たんぱく質/塩分		771/25.2/3.5		631/27.3/10.3		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。