

# 2月

# ディナーサービス献立表



1(金)				2(土)			
赤飯				ごはん			
ブリの煮つけ				チーズメンチカツ			
冬瓜のそぼろ煮				さつま揚げと切り昆布煮			
インゲンのポン酢和え				しもつかれ			
オレンジゼリー				白桃缶			
味噌汁				味噌汁			
476	20.3	12.1	2.5	583	16.9	18.9	2.9
カステラ				黒糖寒天			
108	2.2	1.0	2.5	68	0.4	1.2	0.0

	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)
屋食	<b>ちらし寿司</b> 大根の湯葉あんかけ 白菜のおかか和え いちごのムース 味噌汁	ごはん <b>鶏肉の香草焼き</b> 茄子の含め煮 ほうれん草の磯和え パイン缶 味噌汁	ごはん <b>アジフライ</b> 筍の塩炒め 菜の花のお浸し マスカットゼリー 味噌汁	ごはん <b>おろしハンバーグ</b> 南瓜の含め煮 チンゲン菜の胡麻和え 黄桃缶 味噌汁	<b>けんちんそば</b> 卵豆腐の銀あんかけ キャベツのゆかり和え みかん缶 わかめごはん	ごはん <b>豚肉のポン酢炒め</b> れんこんと昆布の煮物 マカロニサラダ フルーツカクテル缶 味噌汁
おやつ	コーヒーサンドモカ	みかんゼリー	ロールちゃん	豆乳プリン	ホットケーキサンド	芋ようかん
	366   11.9   4.4   2.7	489   22.9   13.0   2.6	450   15.4   9.9   2.8	567   19.8   18.3   2.4	414   15.7   5.3   0.3	515   16.6   14.7   2.6
	130   1.8   6.1   0.1	34   0.1   0.0   0.0	83   1.2   4.2   0.1	61   1.9   1.0   0.0	104   1.7   5.3   0.3	99   0.5   0.1   0.0
	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)
屋食	ごはん <b>豚肉ときのこの炒め物</b> 南瓜の煮物 春菊のお浸し パイン缶 味噌汁	ごはん <b>ホッケの塩焼き</b> ごぼうの煮物 キャベツのカニ風味和え 黄桃缶 味噌汁	<b>焼き鳥丼</b> 茄子のさっぱり和え 菜の花のわさび和え みかん缶 味噌汁	ごはん <b>ビーフシチュー</b> 花野菜のサラダ マンゴー缶 コンソメスープ	ごはん <b>ブリの照り焼き</b> 高野豆腐の煮物 チンゲン菜のさっぱり和え 白桃缶 味噌汁	<b>きつねうどん</b> れんこん金平 インゲンの旨塩和え 青りんごゼリー ゆかりごはん
おやつ	シフォンケーキ	あんみつ	イチゴスペシャル	チョコプリン	ぶどうムース	あん巻き
	495   17.2   10.2   2.2	384   18.6   3.7   2.2	511   17.9   20.0   2.9	466   13.5   12.4   2.9	468   20.1   13.0   2.5	452   11.7   4.7   3.3
	73   1.8   2.1   0.1	87   2.2   0.9   0.0	132   1.9   5.2   0.1	90   1.7   2.9   0.0	58   1.1   1.1   0.2	120   1.8   0.9   0.1
	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)
屋食	ごはん <b>白身魚の揚げ煮</b> ぜんまいの煮つけ ほうれん草の錦糸和え 白桃缶 味噌汁	ごはん <b>豚肉のカレー炒め</b> 茄子の生姜煮 キャベツの胡麻和え みかん缶 味噌汁	ひじきご飯 <b>タラの粕漬焼き</b> さつま芋の甘煮 春雨の和風和え パナナ 味噌汁	ごはん <b>海老ミックスフライ/コロッケ</b> 五目煮豆 菜の花の辛子和え ぶどうゼリー 味噌汁	ごはん <b>豚肉のレモンペッパー焼き</b> 南瓜の含め煮 白菜のツナ和え 黄桃缶 味噌汁	<b>中華丼</b> 旨塩えびナゲット チンゲン菜の中華和え 杏仁豆腐 中華スープ
おやつ	ようかん	ロールちゃん	抹茶ゼリー	ホットケーキサンド	イチゴゼリー	バナナスPECIAL
	447   16.0   10.0   3.7	532   16.0   20.5   2.5	442   16.1   2.4   2.4	547   17.2   13.2   3.0	440   21.5   7.4   2.5	381   11.4   8.7   2.1
	78   3.9   0.2   0.0	85   1.2   4.6   0.1	67   1.2   1.3   0.0	106   1.6   5.4   0.3	40   0.0   0.1   0.0	134   1.9   5.3   0.1
	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	すかいベーカリーの パンの販売は 28日の15時からです。	
屋食	ごはん <b>ミルフィーユカツ</b> 竹輪と昆布の煮物 インゲンの胡麻和え 白桃缶 味噌汁	<b>塩ラーメン</b> 焼き餃子 マンゴープリン 青菜ごはん	ごはん <b>サバのみりん漬け焼き</b> 炊き合わせ 春菊の京風和え パイン缶 味噌汁	<b>キーマカレー</b> マカロニサラダ オレンジ コンソメスープ		
おやつ	スイスロール	黒糖ふかし	スイートポテト	プリン		
	478   17.6   11.2   3.1	536   18.0   12.5   4.8	496   17.4   17.1   2.8	488   11.9   17.6   3.5		
	112   1.8   4.5   0.2	105   2.2   8.1   2.3	119   1.3   4.1   0.0	61   1.9   1.0   0.0		

※材料の仕入れの状況により、献立を変更することがありますので、予めご了承下さい



大室さくら苑