

	2/21(土)	2/22(日)	2/23(月)	2/24(火)	2/25(水)
あ さ	ごはん みそ汁(小松菜 麩) えびしんじょ ツナ和え 味付のり	ごはん みそ汁(冬瓜 高野豆腐) オムレツ いんげんかかマヨ和え たいみそ	ごはん みそ汁(じゃが芋 ねぎ) さわらの西京焼 ブロッコリーサラダ ふりかけ	ごはん みそ汁(玉葱 いんげん) いり豆腐 ほうれん草のごま和え 味付のり	ごはん みそ汁(チンゲン菜 白玉麩) 温泉卵 ビーフン炒め ふりかけ
ひ る	ごはん ミートローフ カリフラワーの茹サラダ フルーツ(バナナ) 牛乳	ごはん すき焼き風 とろろ芋 フルーツゼリー 牛乳	ごはん 揚出豆腐 山東菜の浸し和え フルーツ(パイナップル) 牛乳	ごはん ポトフ 大根サラダ フルーツ(りんご) 牛乳	ごはん あじの梅煮 なす炒り煮 フルーツポンチ 牛乳 
よ る	ごはん みそ汁(大根 ねぎ) サーモンの焼魚 南瓜バター煮 	ごはん ワンタン汁 タラのムニエル なすあんかけ	麦ごはん みそ汁(白菜 小切麩) 豚ももみそ焼 マロニー甘辛煮	ごはん みそ汁(かぶ みつば) さば塩焼き 豆もやし炒め	ごはん みそ汁(冬瓜 高野豆腐) から揚げ 野菜の八宝菜風 山東菜のドレッシング和え
成分値	エネルギー 1810kcal たんぱく質 68.5g 脂質 49.5g 食塩相当量 7g	エネルギー 1837kcal たんぱく質 74.2g 脂質 43.1g 食塩相当量 6.5g	エネルギー 1832kcal たんぱく質 72.1g 脂質 48.9g 食塩相当量 6.7g	エネルギー 1819kcal たんぱく質 78.2g 脂質 49.3g 食塩相当量 6.7g	エネルギー 1840kcal たんぱく質 73g 脂質 51g 食塩相当量 7.3g
	2/26(木)	2/27(金)	2/28(土)		
あ さ	ごはん みそ汁(豆腐 ねぎ) しらす入玉子蒸し アスパラサラダ 味付のり	ごはん みそ汁(白菜 高野豆腐) 卵とじ 小松菜のマヨ和え 梅びしお	ごはん みそ汁(じゃが芋 キヌサヤ) 湯豆腐 なす炒り たいみそ		
ひ る	ごはん とり肉のオニオンソース かぶの茹でサラダ フルーツ(マンゴー) 牛乳	ごはん 麻婆豆腐 オクラのかか和え フルーツ(みかん) 牛乳	ごはん 魚のさざれ焼 ほうれん草の柚子香和え フルーツ(バナナ) 牛乳		
よ る	ごはん みそ汁(キャベツ 麩) 魚のピザ風焼き さつまいもサラダ ほうれん草のわさび醤油和え	ごはん かき玉汁 鶏肉のはちみつレモン焼き スパゲッティサラダ	ごはん みそ汁(白玉麩 玉葱) とり肉生姜煮 切干だいこん炒め煮		
成分値	エネルギー 1804kcal たんぱく質 74.2g 脂質 44.9g 食塩相当量 6.6g	エネルギー 1847kcal たんぱく質 76g 脂質 51.7g 食塩相当量 7g	エネルギー 1801kcal たんぱく質 78.9g 脂質 44.4g 食塩相当量 6.6g		

※都合により献立内容を変更することがございます。