

2月10日(火)		
献立名	食品名	kcal
焼きそば風	スパゲティー12.5	129
	豚肉・キャベツ・玉葱	
	人参・紅生姜	
	ソース・サラダ油	
フライ	白身魚フライ	72
	サラダ油 6	54
信田和え	白菜・キャベツ・油揚げ	21
	いんげん・胡麻	
ひじき煮	砂糖・醤油	19
	ひじき・人参	
	枝豆・油揚げ	
	こんにゃく	
焼き物	砂糖・醤油・油	25
	小さなネギ焼き	
漬物		2
副食計		322
主食	ごはん	312
合計		634kcal

2月12日(木)		
献立名	食品名	kcal
焼物	なめらか豆腐ハンバーグ	100
揚げ物	鶏モモ竜田揚げ	45
	サラダ油	27
ボン酢	おろし大根ボン酢 15	12
ソテー	マカロニ 玉ねぎ	28
麻婆高野	サイコロ高野・春雨	31
	豚ミンチ・人参・いんげん	
	椎茸・麻婆ソース	
コーンサラダ	コーン・玉葱・かにかま	25
	白ドレッシング	20
含め煮	黒豆がんも	30
	砂糖・醤油	
漬物		2
副食計		320
主食	ごはん	312
合計		632kcal

2月14日(土)		
献立名	食品名	kcal
お楽しみメニュー		

食材の仕入れ状況により一部メニュー変更のある場合がございます。