

月間献立表(27年2月度)

		日曜日	月曜日 試験	火曜日 試験	水曜日 試験	木曜日 試験	金曜日	土曜日
		2月1日	2月2日	2月3日	2月4日	2月5日	2月6日	2月7日
朝	主食	ごはん バケット	おにぎり	ごはん ビックナホリロール	おにぎり	ごはん 食パン	ごはん メロンパン	ごはん クリームパン
	主菜	照り焼きミートボール	肉じゃが	目玉焼き	大根と鶏煮	コロッケ	ベーコンソテー	チキンナゲット
	副菜	みかん		ウィンナーソテー		納豆・きみとろ玉子	ブロッコリー塩ゆで	バナナ
		牛乳	牛乳・ヨーグルト	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳・ヤクルト	牛乳
		小松菜の味噌汁	玉ねぎの味噌汁	さつま芋の味噌汁	おつゆ麴の味噌汁	もやしの味噌汁	もずくの味噌汁	大根の味噌汁
	Kcal	698	672	711	663	689	671	738
昼	主食	そばろ丼	ごはん	ごはん	カツカレー	ごはん	ごはん	ごはん ひじきご飯
	主菜		ビックチキンスターキ	和風おろしハンバーグ	盛り合わせサラダ	牛の柳川煮	鯖の塩焼き	けんちんうどん
	副菜	筑前煮	焼きビーフン	ほうれん草とベーコンソテー	牛乳	揚げ出し豆腐	肉団子と白菜の旨煮	
		わかめのすまし	ビーフコンソメスープ	エッグサラダ	アロエヨーグルト	人参とキャベツの胡麻和え	ハムと春雨のサラダ	中華まん
				えのきの味噌汁		巻き麴の味噌汁	豚汁	(テリマヨチキンまん・あんまん)
	Kcal	798	918	894	1115	885	712	668
夕	主食	ごはん	ごはん ロールパン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん 山菜ごはん	ごはん
	主菜	豚ロースかつデミソース	スパミートソース	酢豚	豚ともやし塩炒め	鶏の衣揚げ照焼きソース	おでん	ボークデミソース煮
	副菜	蓮根金平	大根サラダ	粉ふき芋	竹輪の磯辺揚げ	アスパラの香り炒め	餃子の葱ボン酢	イカ団子のマヨソース
		インゲンの胡麻和え		イカとザーサイ中華和え	マカロニサラダ	菜の花のわさびマヨ和え	キャベツコーンサラダ	キャベツコーンサラダ
		ポテトの味噌汁	ポタージュ	春雨スープ	茄子の赤だし	ポテトとウィンナーのスープ	うどん入り茶わん蒸し	中華スープ
	Kcal	915	831	956	926	1,011	895	923
総力ロリー		2,411	2,421	2,561	2,704	2,585	2,278	2,329
夜食		きつねうどん	親子丼	ぶっかけうどん	鶏の立田揚げ丼	豚焼肉丼	ビーフカレー	照り焼きバーガー
		日曜日	月曜日 地産地消の日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		2月8日	2月9日	2月10日	2月11日	2月12日	2月13日	2月14日
朝	主食	ごはん クロワッサン	ごはん 味付けロール	ごはん ロールパン	ごはん ランチパック	ごはん 食パン	ごはん 牛乳サンド	ごはん 2色パン
	主菜	ロースハム	ステーキハンバーグ	焼きギョーザ	唐揚げ	里芋と肉団子煮	魚フライ	照り焼きチキンの切り落とし
	副菜	カントリーウェッジ	キャベツスライス	ブチトマト	キャベツスライス	納豆・きみとろ玉子	オレンジ	グリーンリーフ
		牛乳	牛乳・ヨーグルト	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳・ミルメーク(いちご)	牛乳
		里芋の味噌汁	コーンスープ	とろろ昆布の味噌汁	ほうれん草の味噌汁	巻き麴の味噌汁	ミネストローネ	茄子の味噌汁
	Kcal	716	868	768	811	748	725	788
昼	主食	オムライス	ごはん	ごはん わかめご飯	ごはん ナン	ごはん	ごはん	ごはん ちまき
	主菜		さわらのわさびマヨ焼き	焼きそば	チキンカレー	麻婆豆腐	ロールキャベツコンソメ煮	とんこつ醤油ラーメン
	副菜	クリームコロッケ	親子煮	スペイン風オムレツ	盛り合わせサラダ	春巻きと海草サラダ	さつま芋とベーコン炒め	絹さやと玉子のソテー
			わかめのじゃこ和え	牛乳	牛乳	牛乳	枝豆と春雨の中華和え	
		コンソメスープ	えのきの味噌汁	もやしのスープ	パイナップル	たまごスープ	キャベツの味噌汁	ブラックサンダー(パレンタインデー)
	Kcal	801	765	795	998	878	891	873
夕	主食	ごはん	今治:焼豚玉子飯	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	主菜	豚のビリ辛味噌炒め		牛のスタミナ焼肉	魚フリッター照りマヨソース	グリルチキンタルソース	味噌カツ	ちゃんこ鍋風煮込み
	副菜	根菜の甘酢	里芋とじゃこ天煮	切干大根の胡麻油和え	ささみと野菜の塩炒め	白菜と厚揚げ煮	たたきごぼう	白菜と竹輪の胡麻酢和え
		ほうれん草の味噌汁	県内産野菜の味噌汁	わかめと松山揚げの味噌汁	豚汁	パンプキンスープ	五目煮	胡麻団子
	Kcal	836	905	811	895	858	915	925
総力ロリー		2,353	2,538	2,374	2,704	2,484	2,531	2,586
夜食		きつねうどん	親子丼	ぶっかけうどん	鶏の立田揚げ丼	豚焼肉丼	ビーフカレー	照り焼きバーガー
		日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日 食育の日	金曜日	土曜日
		2月15日	2月16日	2月17日	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日
朝	主食	お茶漬け	ごはん ベーコンチーズマヨネーズ	ごはん コーンパン	ごはん サンライズ	ごはん 食パン	ごはん 巻きウィンナーパン	ごはん ロールパン
	主菜	蒸しシューマイ	海苔サラダフライ	焼き豚	筑前煮	網焼きハンバーグ	ハムエッグ	肉南瓜
	副菜	金時豆煮豆	キャベツスライス	キャベツスライス		納豆・きみとろ玉子		バナナ
		牛乳	牛乳・ヨーグルト	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳・グルト	牛乳
			南瓜の味噌汁	ミルクスープ	豆腐の味噌汁	小松菜の味噌汁	もやしの味噌汁	もずくの味噌汁
	Kcal	674	743	721	652	701	698	712
昼	主食	オム中華丼	ごはん	ごはん	ハンバーグカレー	ごはん バケット	ごはん	ごはん 五目ごはん
	主菜		エビフライ	鶏キムチ	盛り合わせサラダ	クリームスパゲティ	豚しゃぶ	肉うどん
	副菜	ナムル	チリコンカーン	ごぼうの天ぷら	牛乳	コロコロポテトのサラダ	オニオンフライ	
		ワンタンスープ	スパサラダ	胡瓜のなめたけ和え	プリン			みたらし団子
			オニオンスープ	ピリ辛スープ		ポトフ	玉子豆腐のすまし	
	Kcal	915	904	935	1006	826	917	825
夕	主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	主菜	BBQチキン	豚の塩麴焼き	五目団子と根菜煮	ハム卵ロールフライとコロッケ	ブリ大根	牛のハヤシ煮込み	魚の天ぷら
	副菜	白和え	茄子の味噌炒め	きみとろサラダ	大根とわかめのレモン和え	里芋と鶏の炒め煮	チョールカトポテトフライ	グラタン
		おつゆ麴の味噌汁	柚子しめじ	おくらのおかか和え	インゲンのそぼろ炒め	かぶの甘酢	ラーメンサラダ	
			沢煮椀	白菜の味噌汁	なめこの味噌汁	春菊のすまし	コンソメスープ	ポタージュ
	Kcal	957	855	912	958	876	999	987
総力ロリー		2,546	2,502	2,568	2,616	2,403	2,614	2,524
夜食		きつねうどん	親子丼	ぶっかけうどん	鶏の立田揚げ丼	豚焼肉丼	ビーフカレー	照り焼きバーガー
		日曜日	月曜日	火曜日 郷土料理の日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		2月22日	2月23日	2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日
朝	主食	ごはん アカボリパック	ごはん コロネ	ごはん バケット	ごはん クリームパン	ごはん 食パン	ごはん 大きか銀チョコ	ごはん あんぱん
	主菜	キャベツと豚のスタミナソテー	焼きそば	チキンナゲット	ほうれん草とベーコンソテー	肉団子の甘酢	コロッケ	ロースハム
	副菜	みかん	ポテトサラダ	グリーンリーフ	五目厚焼き玉子	納豆・きみとろ玉子	キャベツスライス	フライドポテト
		牛乳	牛乳・ヨーグルト	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳・ミルメーク(バナナ)	牛乳
		茄子の赤だし	インゲンの味噌汁	大根の味噌汁	豆腐の味噌汁	パンプキンスープ	おつゆ麴の味噌汁	わかめの味噌汁
	Kcal	645	663	701	687	644	668	647
昼	主食	豚丼	ごはん	ごはん	エッグカレー	ごはん	ごはん	ごはん チャーハン
	主菜		八宝菜	串かつ	盛り合わせサラダ	おろしトンカツ	豚と野菜のハヤシ煮	鶏葱塩ラーメン
	副菜	大根と厚揚げ煮	シュウマイ天ぷら	南瓜とがんも煮	牛乳	竹の子と山菜のおかかサラダ		
		かきたま汁	ハネジユメロン	菜の花と春雨の梅和え	ブルーチェ	煮奴	胡瓜の胡麻油和え	フルーツ白玉ポンチ
				もずくの味噌汁		巻き麴の赤だし	中華コンソメスープ	
	Kcal	884	869	915	986	912	908	898
夕	主食	ごはん	ごはん	肉玉ライス	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	主菜	鶏の生姜焼き	きんぴら焼肉	広島菜のおかか和え	鶏の唐揚げ	秋刀魚の塩焼き(1匹)	エッグハンバーグ	焼鳥
	副菜	ポテトのオーロラソース	蓮根ポテトのサラダ	もみじまんじゅう	白菜と天ぷら煮	豚とキクラゲの卵炒め	マカロニソテー	じゃがいものんにくおかか和え
		胡瓜とカニ棒の酢物					水菜のミックスサラダ	大根の和風サラダ
		玉葱の味噌汁	中華スープ	だんご汁	さつま芋の味噌汁	なめこの味噌汁	ジンジャースープ	チキンスープ
	Kcal	825	846	899	935	724	915	876
総力ロリー		2,354	2,378	2,515	2,608	2,280	2,491	2,421
夜食		きつねうどん	親子丼	ぶっかけうどん	鶏の立田揚げ丼	豚焼肉丼	ビーフカレー	照り焼きバーガー
		日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
朝	主食							
	主菜							
	副菜							
	Kcal							
昼	主食							
	主菜							
	副菜							
	Kcal							
夕	主食							
	主菜							
	副菜							
	Kcal							
総力ロリー		0	0	0	0	0	0	0
夜食		きつねうどん	親子丼	ぶっかけうどん	鶏の立田揚げ丼	豚焼肉丼	ビーフカレー	照り焼きバーガー

商品入荷等の都合により
献立および使用食材が
変更になる場合が
ありますので、ご了承下さい。
変更時には、食堂配膳口に
掲示致しますので
よろしくお願い致します。