

献立予定表（2月度）

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	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		
朝食		おにぎり 漬物 豚汁 牛乳	ごはん ロールパン さつま揚げ 赤だし 牛乳	ピザトースト ごはん ポテトサラダ コンソメスープ 牛乳	ごはん ホテルブレッド 納豆 温泉卵 味噌汁 牛乳	ごはん 厚焼き卵 ミニハンバーグ キムチスープ バナナ 牛乳	いちごメロンパン ごはん スパゲティサラダ コンソメスープ 牛乳		
		517	407	734	557	585	605		
昼食		ごはん 豚バラカルビ焼き ポテトサラダ 味噌汁	ごはん グラタン フライドチキン サラダ	ポークカレー サラダバイキング デザート 牛乳	鯛めし 天ぷら盛り合わせ 天つゆ ゆかり和え	ごはん 和風唐揚げ 大根のそぼろ煮 胡麻和え	鮭菜めし とんこつラーメン 焼売 サラダ		
		980	1099						
夕食		ごはん ちゃんこ鍋 からあげ サラダ	ごはん 魚の照り焼き さつま芋の甘煮 オニオンボン酢 かき玉汁	ごはん 塩鍋 エビ寄せフライ サラダ 節分豆	ごはん 豚しゃぶ 湯豆腐	ごはん おでん かぼちゃコロッケ サラダ	ハヤシライス カルボナーラサラダ デザート		
		1358	1137	1138	1113	1181	1239		
	総カロリー	2855	2643	2814	2634	2857	2761		
	夜食	きつねうどん 2月7日	てりやきバーガー 2月8日	ぶっかけうどん 2月9日	鶏肉の竜田揚げ丼 2月10日	豚肉の焼肉丼 2月11日	カレーライス 2月12日	てりやきバーガー 2月13日	
朝食		お茶漬け オレンジデニッシュ あじの黄金焼き 牛乳	パン3種 スクランブルエッグ コロッケ わかめスープ ヨーグルト 牛乳	ごはん ミニメロンパン 八幡巻き 味噌汁 牛乳	ホットドッグ ごはん ジャーマンポテト コンソメスープ 牛乳	ごはん チキンナゲット スコッチエッグ 赤だし オレンジ 牛乳	ミルクフランス ごはん ハッシュドポテト けんちん汁 牛乳		
		627	520	556	537	550	435		
	昼食		バーベキュー丼 漬物 清まし汁	五穀米 サバの味噌煮 肉じゃが 白菜の和え物 清まし汁	ごはん 豚肉と卵の炒め物 ひじき煮 もろみ和え	ビーフカレー サラダバイキング デザート 牛乳	ごはん トンカツ 磯辺和え かき玉汁	ピラフ チキン南蛮 サラダ コンソメスープ	ごはん 肉うどん 磯辺揚げ サラダ ふりかけ
			1228	865	1200	893	1306	1465	1002
夕食			ごはん 手羽元照り焼き 金平ゴボウ 水菜サラダ	ごはん チーズハンバーグ フライドポテト コーンスープ	ごはん 鶏天 大学芋 春雨酢の物	ごはん ミネストローネ ミニピザ ミニサラダ	郷土料理(鹿児島) 鶏飯 アジフライ サラダ デザート	特食	ごはん 鮭のチーズ焼き 酢味噌和え ナポリタン
			1035	1180	1147	1128	1005	1055	843
	総カロリー	2890	2565	2903	2558	2861	3064	2280	
	夜食	きつねうどん 2月14日	親子丼 2月15日	ぶっかけうどん 2月16日	鶏肉の竜田揚げ丼 2月17日	豚肉の焼肉丼 2月18日	カレーライス 2月19日	てりやきバーガー 2月20日	
朝食		ごはん クロワッサン 目玉焼き 味噌汁 牛乳	パン3種 フライドポテト スクランブルエッグ 春雨スープ ヨーグルト 牛乳	ごはん ロールパン 肉団子 味噌汁 牛乳	シュガートースト ごはん フルーツポンチ コンソメスープ 牛乳	ごはん ホテルブレッド 納豆 温泉卵 味噌汁 牛乳	ごはん 厚焼き卵 鮭の塩焼き 豚汁 バナナ 牛乳	揚げパン ごはん アンサンブルエッグ コンソメスープ 牛乳	
		636	564	550	662	541	634	496	
	昼食		豚丼 漬物 清まし汁	ごはん 豚キムチ炒め 長芋ボン酢 枝豆 チョコレート	とろろごはん サバの塩焼き 肉じゃが 白菜とカニカマの和え物	チーズカレー サラダバイキング デザート 牛乳	炊き込みご飯 さわらの西京焼き 揚げ出し豆腐 なます	食育の日 ごはん オリエンタル風生姜焼き じゃが芋の煮物 野菜チップス イチゴ	わかめごはん 塩バターラーメン 小龍包 サラダ
			1134	1184	1038	987	1377	1265	907
夕食			ごはん クリームシチュー ミニハンバーグ サラダ	ごはん チキンのトマトチーズ焼き ペペロンチーノ シーフードマリネ	ごはん 八宝菜 春巻き ごま団子 サラダ	ごはん にんにくはちみつ焼き もやしの雑魚煮 トマトサラダ	ごはん ポークチャップ フライドポテト エビと胡瓜のマリネ	ごはん 和風唐揚げ 焼きそば 竹輪と玉ねぎの酢の物	ごはん 白身魚の焼肉ソース ビーフンソテー みぞれ和え
			1147	1090	968	1072	1048	1133	916
	総カロリー	2917	2838	2556	2721	2966	3032	2319	
	夜食	きつねうどん 2月21日	てりやきバーガー 2月22日	ぶっかけうどん 2月23日	鶏肉の竜田揚げ丼 2月24日	豚肉の焼肉丼 2月25日	カレーライス 2月26日	てりやきバーガー 2月27日	
朝食		雑炊 オレンジデニッシュ サラダバイキング 漬物 牛乳	パン3種 ハムチーズ ハッシュドポテト 野菜スープ ヨーグルト 牛乳	ごはん ミニメロンパン さつま揚げ 白味噌汁 牛乳	きな粉トースト ごはん スパゲティサラダ コンソメスープ 牛乳	ごはん 食パン 納豆 温泉卵 味噌汁 牛乳	ごはん からあげ ウィンナー かき玉汁 バナナ 牛乳	チョコねじりパン ごはん ポテトサラダ わかめスープ 牛乳	
		446	481	549	593	550	605	614	
	昼食		エビとじ丼 漬物 清まし汁	ごはん ミートスパゲティ エビフライ サラダ ふりかけ	ごはん チキンカツ 五目煮 ほうれん草のおかか和え	キーマカレー サラダバイキング デザート 牛乳	ごはん ブルコギ風 ごま団子 三色和え	オムライス 牛肉コロッケ サラダ コンソメスープ	ゆかりごはん きつねうどん たこ焼き サラダ
			1043	1042	1326	953	1199	1220	942
夕食			ごはん チゲ鍋 豚串カツ サラダ	ごはん 酢豚 餃子 サラダ	ごはん 肉団子と野菜のスープ 肉じゃがコロッケ サラダ	ごはん 照り焼きチキン 豚バラ大根 もやしの和え物	ごはん 麻婆豆腐 豚肉のレモンバジル風味 サラダ	ごはん ビーフシチュー メンチカツ サラダ	ごはん スペアリブ風 土佐煮 白菜とシメジのボン酢和え
			1309	1103	938	1279	943		1200
	総カロリー	2798	2626	2813	2825	2692	1825	2756	
	夜食	きつねうどん 2月28日	親子丼 2月29日	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	豚肉の焼肉丼	カレーライス	てりやきバーガー	
朝食		ごはん クロワッサン 目玉焼き 味噌汁 牛乳	パン3種 ゆで卵 チキンナゲット マカロニスープ ヨーグルト 牛乳						
		628	453						
	昼食		牛丼 漬物 清まし汁	ごはん 豚のネギ塩焼き 南瓜サラダ レタスの卵炒め					
			1198	1322					
夕食			ごはん タンドリーチキン きのこスパゲティ ポテトサラダ	ごはん 焼きそば からあげ サラダ					
			1206	1212					
	総カロリー	3032	2987						
	夜食	きつねうどん	てりやきバーガー						