

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
	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日	2月1日	2月2日	2月3日
朝食	ごはん チーズパン じゃこ天 味噌汁 牛乳 牛乳	パン2種 ごはん ボテトカップグラタン コソメースープ フルーツ 牛乳	ごはん 穀物ロール 納豆 厚焼き卵 味噌汁 牛乳	ホットドッグ ごはん スパゲッティサラダ 韓国風スープ ヨーグルト 牛乳	おにぎり 漬物 ゼリー 豚汁 牛乳	のり茶漬け ごはん サバの塩焼き 牛乳	チョコチップメロンパン ごはん コンソメースープ ヨーグルト 牛乳
	514	584	557	484	575	643	621
	親子あんかけ丼 遺物 赤だし	ごはん 豚肉と卵の炒め物 イカともやしのナムル 杏仁フルーツ	チャーハン 揚げ餃子 ごま団子 中華スープ	チーズカレー サラダバイキング デザート 牛乳	菜めし 魚の蒲焼風 里芋のそぼろ煮 味噌汁	ごはん グラタン フライドチキン 卵スープ	ごはん 醤油ラーメン 焼壳 節分豆
	1029	1204	936	1147	1055	1190	1100
	ごはん チゲ鍋 チキンのオーブン焼き 付け野菜	ひつまぶし メンチカツ 付け野菜	ごはん 鶏天 五目煮 枝豆	ごはん ごまみそ鍋 アジフライ 付け野菜	ごはん どんかつ 湯豆腐 大根サラダ	ごはん とり足 きのこスパゲティー ボテトサラダ	ハヤシライス サラダバイキング デザート
	1334	816	1649	1206	1279	1143	1306
総力ロリー	2877	2604	3142	2837	2909	2976	3027
昼食	夜食	きつねうどん 2月4日	親子丼 2月5日	ぶっかけうどん 2月6日	鶏肉の竜田揚げ丼 2月7日	豚肉の焼肉丼 2月8日	おにぎり豚汁セット 2月9日
	1334	816	1649	1206	1279	1143	1306
	バイキング	ホットケーキ	ごはん 穀物ロール	フレンチトースト	ごはん バターロール	ごはん 納豆	揚げパン ごはん
	温泉卵 中華スープ	フランクフルト ボトフ	温泉卵 照り焼きチキン 牛乳	ジャーマンポテト キムチスープ 牛乳	肉団子と野菜のスープ フルーツ 牛乳	温泉卵 鮭フレーク 牛乳	ハッシュドポテト コンソメースープ ヨーグルト
	783	449	481	480	557	561	544
	ビビンバ丼 温泉卵 中華スープ	ごはん チーズハンバーグ ウインナー	わかめごはん 鮭のホイル焼き 肉じゃが	インドカレー サラダバイキング デザート	ピラフ チキンナゲット 付け野菜	ごはん ホイコーロー	ごはん ちゃんぽん
夕食	937	1107	1118	1018	871	1270	847
	ごはん カレー鍋 鶏の塩焼き 付け野菜	ごはん おでん 串カツ 付け野菜	ごはん からあげ 高野豆腐の卵とじ コールスローサラダ	豚肉と豆腐の旨煮 牛肉コロッケ 付け野菜	ごはん クリムシチュー ミニピザ 付け野菜	ごはん ヒレカツ 付け野菜	ごはん 魚の天ぷら 豚バラ大根 おかか和え 味噌汁
	1544	1351	1283	1208	1298	968	936
	総力ロリー	3264	2907	2882	2706	2726	2799
	夜食	きつねうどん 2月11日	親子丼 2月12日	ぶっかけうどん 2月13日	鶏肉の竜田揚げ丼 2月14日	豚肉の焼肉丼 2月15日	おにぎり豚汁セット 2月16日
	ごはん チーズパン 温泉卵 さつま揚げ 味噌汁 牛乳	パン2種 ごはん 穀物ロール ビーフシチュー フルーツ 牛乳	ごはん ごはん ごはん ゆで卵 豆スープ 牛乳	シュガートースト バターロール 目玉焼き 豆めん 牛乳	ごはん パッターロール 目玉焼き ちりめん 牛乳	モーニングカレー 漬物 牛乳	ハムチーズパン ごはん コロッケ 中華スープ ヨーグルト 牛乳
昼食	988	1472	1541	920	1059	1253	1206
	中華丼 漬物 ワンタンスープ	ごはん 豚肉の柳川風 揚げ出し豆腐	ごはん カルボナーラ ミニハンバーグ	こくまろカレー サラダバイキング デザート	炊込みご飯 魚の照り焼き ビーフソテー	ごはん 豚肉のネギ塩焼き 金平ごぼう	ごはん 月見うどん 天ぷら
	988	1472	1541	920	1059	1253	1206
	夕食	ごはん 鶏塩鍋 アジフライ 付け野菜	ごはん サバの竜田揚げ 餅巾着 オレンジ	ごはん あんかけ唐揚げ ミニ焼きそば ハムの和え物	ごはん ごまみそ鍋 肉じゃがコロッケ 付け野菜	特食 煮込みハンバーグ 野菜のグラッセ ボテトサラダ	ごはん 鶏肉のこんにゃく醤油焼き レタスの卵炒め 海藻サラダ 白菜スープ
	1155	1116	1326	1234	1155	1505	1505
	総力ロリー	2829	3169	3453	2632	2762	3194
夕食	夜食	きつねうどん 2月18日	親子丼 2月19日	ぶっかけうどん 2月20日	鶏肉の竜田揚げ丼 2月21日	豚肉の焼肉丼 2月22日	おにぎり豚汁セット 2月23日
	ごはん コーンブレッド 納豆 八幡巻き 味噌汁 牛乳	コーンフレーク ごはん 穀物ロール アメリカンドッグ コーンスープ 野菜ジュース	ごはん サバの塩焼き ミニハンバーグ	ハムマヨトースト バターロール	ごはん 目玉焼き 豆めん 牛乳	ごはん 納豆	ウインナーパン ごはん コロッケ アンサンブルエッグ 豚汁 フルーツ 牛乳
	642	584	520	432	573	630	585
	昼食	豚丼 漬物 すまし汁 みぞれ鍋	食育 冬野菜と健康 ごはん 肉じゃが 豆腐ハンバーグ	鮭菜めし サバの塩焼き ほうれん草の和え物	キーマカレー サラダバイキング デザート	ごはん 豚肉のキムチ炒め 大根の煮物	デミオムライス エビフライ 野菜ジュース
	1237	1205	1417	1059	1330	1035	1301
	夕食	ごはん ミネストローネ チキンのオーブン焼き 付け野菜	ごはん グリルチキン ジャーマンポテト マカラニサラダ	ごはん ヒレカツ ひじき煮 タコキムチ	ごはん チキン南蛮 トマトコロッケ 付け野菜	ごはん ナポリタン ナムル	ごはん 魚のフライ 肉豆腐 オニオンポン酢 味噌汁
朝食	1141	1186	1378	1103	1250	1038	1289
	総力ロリー	3020	2975	3315	2594	3153	3175
	夜食	きつねうどん 2月25日	親子丼 2月26日	ぶっかけうどん 2月27日	鶏肉の竜田揚げ丼 2月28日	豚肉の焼肉丼 3月1日	おにぎり豚汁セット 3月2日
	ごはん チーズパン 温泉卵 じゃこ天 味噌汁 牛乳	パン2種 ごはん 穀物ロール クリームシチュー フルーツ 牛乳	ごはん 穀物ロール だし巻き卵 味噌汁 牛乳	小倉トースト フルーツポンチ 韓国風スープ 牛乳			てりやきバーガー
	580	694	516	455			
	昼食	バーベキュー丼 漬物 中華スープ	ごはん チキンジャオロース ごま団子	チーズカレー サラダバイキング デザート			
夕食	1067	1022	1492	1241			
	ごはん ちゃんこ鍋 メンチカツ 付け野菜	ごはん 和風ハンバーグ 五目煮 湯豆腐	ごはん 鶏天 さつま芋の甘煮 枝豆	ごはん 水餃子 肉まん 付け野菜			
	1385	1010	1697	1123			
	総力ロリー	3032	2726	3705	2819	0	0
	夜食	きつねうどん 3月4日	親子丼 3月5日	ぶっかけうどん 3月6日	鶏肉の竜田揚げ丼 3月7日	豚肉の焼肉丼 3月8日	おにぎり豚汁セット 3月9日
	朝食						てりやきバーガー
朝食	朝食						
	昼食						
	夕食						
	総力ロリー	0	0	0	0	0	0