

予定献立表

平成 27年 2月 1日 ~ 平成 27年 2月 15日

園長	副園長	栄養士

日	朝食	昼食	間食	夕食	備考
1(日)	ごはん 味噌汁 じゃがいもの煮物 たいみそ 牛乳 534 kcal	ごはん 大根とわかめのスープ 牛肉とセロリのオイスター炒 ポテトサラダ キウイフルーツ 689 kcal	0 kcal	親子どんぶり 豆腐のおすまし 春雨の酢の物 なつみかん缶 703 kcal	1926 kcal
2(月)	ごはん 味噌汁 かぼちゃの煮物 時雨佃煮 牛乳 574 kcal	とろろそば 竹輪のごま揚げ 大根サラダ バナナ 565 kcal	パン 140 kcal	ごはん 麩のすまし汁 鯖のねぎ味噌焼き 切り干し大根と半平の煮物 ストロベリーパバロア 709 kcal	1988 kcal
3(火)	ごはん 味噌汁 がんもの煮もの ふりかけ ヨーグルト 519 kcal	恵方まき 茶碗蒸し シューマイ 漬物 602 kcal	節分豆 83 kcal	ごはん やきかまのおすまし 鶏肉治部煮 酢味噌和え オレンジ 709 kcal	1913 kcal
4(水)	バターロールパン クリームシチュー ゆでたまご ジャム オレンジジュース 514 kcal	ごはん なめこ汁 鶏の唐揚げ ひじきの煮つけ りんごコンポート 798 kcal	0 kcal	たまごチャーハン 中華スープ えびまよ オレンジムース 695 kcal	2007 kcal
5(木)	ごはん 味噌汁 ししゃも しそ昆布佃煮 ヨーグルト 486 kcal	ドライカレー マセドアンサラダ 揚げ茄子のおろしのせ ショア 987 kcal	0 kcal	ごはん 豆腐のスープ 八宝菜 肉団子の餅米蒸し バナナ 646 kcal	2119 kcal
6(金)	ポテサラサンドロール コンソメスープ オムレツ ブルーンドライフルーツ 牛乳 551 kcal	ごはん 味噌汁 さばケチャ 厚揚げ煮物 ローリー 688 kcal	黒棒 88 kcal	きんぴらタルタル丼 豚汁 わかめの酢のもの ゼリー 743 kcal	2070 kcal
7(土)	ごはん 味噌汁 高野豆腐の煮物 ふりかけ ヨーグルト 541 kcal	スパゲッティミートソース じゃがいもの煮物 シャキシャキサラダ カップムース 685 kcal	0 kcal	ごはん 白味噌汁 鮭のめんたいマヨ焼き 茄子の含め煮 バナナ 664 kcal	1890 kcal
8(日)	ごはん 味噌汁 野菜はんぺんの煮物 たいみそ 牛乳 571 kcal	やきとりどん 味噌汁 マカロニサラダ フルーチェ 845 kcal	0 kcal	ごはん 中華スープ3 ブルコギビーフ さつまいもの甘煮 りんご 668 kcal	2084 kcal
9(月)	ごはん 味噌汁 だし巻き卵 ぜんまいの煮物 牛乳 538 kcal	具いっばいうどん シューマイ 今川焼 697 kcal	パン 140 kcal	ごはん とろろこんぶ汁 干草焼き レバーの甘辛煮 キウイフルーツ 671 kcal	2046 kcal
10(火)	ごはん 味噌汁 大根とがんもの煮物 金時豆の佃煮 ヨーグルト 566 kcal	ロコモコどん コーン入り中華スープ もやしのナムル 白玉団子 756 kcal	0 kcal	ごはん 味噌汁 煮魚 コロッケ オレンジ 723 kcal	2045 kcal
11(水)	黒ごまロールパン ミネストローネスープ ハッシュポテト ジャム 牛乳 620 kcal	ごはん 白菜のスープ カニ玉 胡瓜とくらげの酢の物 杏仁豆腐 582 kcal	0 kcal	肉味噌丼 豆腐のおすまし さつまいもの甘煮 ヤクルト 738 kcal	1940 kcal
12(木)	ごはん 味噌汁 野菜はんぺんの煮物 にしん佃煮 ヨーグルト 543 kcal	ごはん コーンスープ さわらのチーズパン粉焼き 大豆甘辛揚げ オレンジ 759 kcal	0 kcal	ごはん 白味噌汁 鶏肉炒り煮 トマトのサラダ ゼリー 704 kcal	2006 kcal
13(金)	レーズンロールパン コンソメスープ ポテトソテー ジャム 牛乳 520 kcal	ごはん 味噌汁 豚肉のしょうが焼き たまご豆腐 バナナ 758 kcal	パレンティン 76 kcal	ごはん ポトフ 揚げシューマイ フルーチェ 763 kcal	2117 kcal
14(土)	ごはん 味噌汁 切り干し大根煮物 ふりかけ ゼリー 441 kcal	カレーライス コロッケ 漬物 のむヨーグルト 880 kcal	0 kcal	ごはん 豚汁 焼き鯖 おろし和え りんご 622 kcal	1943 kcal
15(日)	ごはん 味噌汁 ウインナー 時雨佃煮 牛乳 623 kcal	ごはん かぼちゃスープ 牛肉とアスパラの炒め物 こんにゃくの煮もの パバロア 720 kcal	0 kcal	ごはん おすまし 魚の西京焼き ブロッコリーのサラダ オレンジ 652 kcal	1995 kcal