

予定献立表

平成 27年 2月 16日 ~ 平成 27年 2月 28日

園長	副園長	栄養士

日	朝食	昼食	間食	夕食	備考
16(月)	ごはん 味噌汁 高野豆腐の煮物 たいみそ 牛乳 615 kcal	ためきそば とうふの肉みそがけ フルーツヨーグルト 688 kcal	パン 140 kcal	ごはん コンソメスープ 鶏肉さつまいも炒め 菜ばな辛子和え プリン 729 kcal	2172 kcal
17(火)	ごはん 味噌汁 里芋のそぼろ煮 うめぼし 野菜ジュース 470 kcal	ごはん トマたまスープ ムニエルのヨーグルトソース ほうれん草ごまあえ オレンジ 625 kcal	0 kcal	ごはん チキンスープ スペイン風オムレツ 金時豆 ヤクルト 621 kcal	1716 kcal
18(水)	食パン コンソメスープ オムレツ マーガリン ジョア 458 kcal	ごはん シーフードチャウダー チキンソテー トマトのサラダ ゼリー 864 kcal	0 kcal	あじごはん 味噌汁 肉じゃが さくらづけ わらびもち 689 kcal	 2011 kcal
19(木)	ごはん 味噌汁 大根とがんもの煮物 ふりかけ ヨーグルト 500 kcal	海鮮ちらし寿司 茶そば汁 漬物 フルーツインゼリー 589 kcal	0 kcal	ごはん 中華スープ3 ミックスフライ 角ふの煮物 バナナ 897 kcal	1986 kcal
20(金)	南瓜ロールパン コーンスープ フライドポテト ゆでたまご 牛乳 616 kcal	スタミナ丼 かきたま汁 大根サラダ りんご 649 kcal	おやつ 86 kcal	ごはん ロールキャベツ ポテトマスタードマヨ和え ゼリー 723 kcal	2074 kcal
21(土)	ごはん 味噌汁 さつまいもの甘煮 しそ昆布佃煮 ヨーグルト 495 kcal	たらこスパゲッティ さくさくコロッケ カップケーキ 812 kcal	 0 kcal	魚のからあげどん 味噌汁 かぼちゃの煮物 バナナ 645 kcal	1952 kcal
22(日)	ごはん 味噌汁 厚揚げの煮物 ふりかけ 牛乳 570 kcal	ごはん 麩のすまし汁 味噌豚炒め 高野豆腐の卵閉じ フルーチェ 592 kcal	0 kcal	あんかけチャーハン 肉団子の煮物 いんげんの和え物 マンゴープリン 739 kcal	1901 kcal
23(月)	ごはん 味噌汁 さつまいもの甘煮 たいみそ 牛乳 568 kcal	ちゃんぽん麺 焼き餃子 野沢菜 ごま団子 652 kcal	パン 140 kcal	ごはん 白味噌汁 鮭のゆでたまごマヨネーズ焼 胡瓜の酢の物 キーウイフルーツ 719 kcal	2079 kcal
24(火)	ごはん 味噌汁 切り干し大根と半平の煮物 のり佃煮 ヨーグルト 449 kcal	サンドイッチ 豆乳ポタージュ フィッシュアンドチップス ローリー 859 kcal	0 kcal	ごはん ニラと春雨のスープ 豚肉のしょうが焼き ふろふき大根 りんご 603 kcal	1911 kcal
25(水)	胚芽ロールパン ミネストローネスープ ハッシュポテト ジャム 牛乳 683 kcal	ごはん 中華スープ 蒸し鶏香味だれ 里芋といかの煮物 バナナ 658 kcal	0 kcal	ごはん 味噌汁 魚のカレー風味フライ 肉詰めいなり煮物 ゼリー 669 kcal	2010 kcal
26(木)	ごはん 味噌汁 かぼちゃの煮物 うめぼし ヨーグルト 474 kcal	ごはん 味噌汁 鮭の菜種焼き 大根サラダ アセロラゼリー 611 kcal	0 kcal	牛丼 中華スープ3 酢味噌和え キーウイフルーツ 705 kcal	1790 kcal
27(金)	食パン コンソメスープ オムレツ ジャム 牛乳 459 kcal	鶏ごぼうおこわ 茶碗蒸し エビカツ りんご 549 kcal	ケーキ  200 kcal	ごはん 味噌汁 鱈の有馬煮 ビーフン ゼリー 639 kcal	1853 kcal
28(土)	ごはん 味噌汁 こんにゃくの煮もの ふりかけ ヨーグルト 470 kcal	イタリアンスパゲッティ シーフードサラダ アップルパイ 716 kcal	0 kcal	ごはん 白味噌汁 塩焼き魚 筑前煮 バナナ 631 kcal	1817 kcal