

# 令和6年2月 献立表(特食)

TEL0256-63-4624 FAX0256-63-6866



※毎日お届けするお弁当は、食品衛生上午後1時までにお召し上がり下さい。

※お弁当の置き場所は、高温にならない所をお願い致します。

※仕入れ等の都合により、献立を変更することがあります。

※お米は、新潟県産です。

ごはんは、お米で小盛80g・284Kcal、並盛120g・427kcalです。



1日(木)	2日(金)	3日(土)
ペスカトーレ A・D・F オムレツ C さばカレー風味フライ A・C 野菜の含め煮 A・D さっぱり和え A 沢庵和え A しそ昆布 A スープ煮 A	カラフルチンジャオロース A クリーミーコーンコロック A・D ふんわり豆腐ナゲット A・D すき焼き風煮 もやしとコーンのおひたし A 炒り煮 白大根(ゆず風味) 昆布豆 A	<b>休業日</b>
エネルギー 335kcal 脂質 15.0g たんぱく質 20.4g 食塩相当量 3.6g	エネルギー 524kcal 脂質 21.3g たんぱく質 12.4g 食塩相当量 3.5g	

5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
焼うどん A 粒マスタードフライ A 三角春巻 A・F 里芋の煮物 A 大根の甘酢和え A 海鮮炒め A しば漬 しゅうまい A・D	チキンカレー A・D・E イカフライ A メンチカツ A・D 豚肉とキャベツのごま和え A たけのこの油炒め A 大根の生姜煮 A・D 福神漬 A 煮付(揚げボール) A・C	スパゲティーナポリタン A・C・D 手作りから揚げ 切昆布の煮物 A・C・D 煮付(しいたけ) A・D 金平ごぼう A さつま芋サラダ つぼ漬 A 穂先メンマ	鶏丼風 A・D あじ大葉フライ A にら饅頭 A 中華炒め A れんこんサラダ 白麻婆豆腐 A さくら漬 A 手作りひじきふりかけ A・D	付)干キャベツ タシかつ A・D いかの磯辺揚げ A・C・D 高野豆腐とたけのこの卵とし A・C もやしの梅肉和え A ポトフ 赤かっぱ A ピリッカラからしみそ A	<b>休業日</b>
エネルギー 424kcal 脂質 11.4g たんぱく質 13.6g 食塩相当量 2.7g	エネルギー 538kcal 脂質 24.2g たんぱく質 16.7g 食塩相当量 4.0g	エネルギー 509kcal 脂質 19.6g たんぱく質 17.2g 食塩相当量 3.9g	エネルギー 475kcal 脂質 20.0g たんぱく質 17.6g 食塩相当量 4.1g	エネルギー 538kcal 脂質 16.3g たんぱく質 20.9g 食塩相当量 3.2g	

12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
<b>振替休日</b>	ソース焼そば A・D ハムステーキ あぶり焼きチキンステーキ れんこんのきんぴら A キャベツとカニカマの酢の物 利久炒め 他 A	和風スパゲティー A ハムカツ A かにクリーミーコロック A・D・G オイスターソース炒め こんにやくサラダ A・D 若竹煮 A・C・D はりはり漬 A 梅干し 他	付)干キャベツ あじフライ A 竹輪のカレー揚げ A・C・D ミニソース 豚キムチ A・F 大根の油炒め 他 A	八宝菜 ささみフライ A・D ミニコーンコロック A 春雨サラダ A・C・F・G ザーサイ和え A 山くらげの旨煮 A・D 白大根(ゆず風味) 他	クリーム煮 A・D 白身魚の磯辺フライ A ミニ手作り春巻き A 肉じゃが A・D ごま和え A 大根サラダ A・D 手作りあさり佃煮 A・D 青しその実漬け A
	エネルギー 375kcal 脂質 15.7g たんぱく質 20.3g 食塩相当量 4.0g	エネルギー 427kcal 脂質 19.8g たんぱく質 16.6g 食塩相当量 4.3g	エネルギー 517kcal 脂質 15.3g たんぱく質 14.1g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 517kcal 脂質 24.1g たんぱく質 11.2g 食塩相当量 2.8g	エネルギー 490kcal 脂質 20.1g たんぱく質 17.9g 食塩相当量 3.6g

19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
酢豚 ピーマン肉詰めフライ A・C 揚げぎょうざ A・D バンサンスー A・D 生姜和え A こんにやくの炒め煮 A・D つぼ漬 A 梅ザーサイ和え A	かつ丼風 A・C・D 花かまぼこ A・C 中華炒め A えびチリ A・C・F 辛子和え A 赤かっぱ A 青のり若布入り A	マカロニソテー A ハンバーグ A・D 三角ポテト D トマトソース A 切り干し大根の焼そば風 A・C キャベツと鶏肉の柚子胡椒和え 他 A・C	ハヤシシチュー A・C・D 野菜コロック A・C・D 帆立風味フライ A・C・G わかめドレッシング A もやしのナムル A 豆腐と枝豆の煮物 A・D キャベツと紅生姜の煮付 A・D 千切り沢庵漬	<b>天皇誕生日</b>	<b>休業日</b>
エネルギー 603kcal 脂質 21.9g たんぱく質 14.3g 食塩相当量 3.3g	エネルギー 492kcal 脂質 19.0g たんぱく質 15.0g 食塩相当量 3.1g	エネルギー 338kcal 脂質 15.3g たんぱく質 14.5g 食塩相当量 3.7g	エネルギー 521kcal 脂質 23.1g たんぱく質 14.4g 食塩相当量 4.9g		

26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)
さばの味噌煮 A・D ふき煮付 煮付(花さつま) A・C 水餃子 A・D 油淋鶏ソース キャベツソテー 他 D	ホイコーロー A 鶏ムネから揚げ A・C おからの煮物 A 甘酢棒肉団子 A・D 酢の物 A さくら漬 A こんにやく煮付 A・D	付)干キャベツ メンチかつ A・C・D あじ竜田 A・C ごまソース 麻婆大根 A カレーもやし こんにやくの甘辛煮 A・D 白大根(ゆず風味) 他	カレーシチュー A・D・E 白身フライ A ミニとろ〜り目玉風オムレツ C・D 中華サラダ A・C メンマのピリ辛煮 A・D 黒胡椒炒め 福神漬 A 絹厚揚げの煮付 A・D
エネルギー 478kcal 脂質 21.6g たんぱく質 18.9g 食塩相当量 3.5g	エネルギー 452kcal 脂質 20.1g たんぱく質 18.4g 食塩相当量 3.2g	エネルギー 535kcal 脂質 17.8g たんぱく質 14.2g 食塩相当量 2.6g	エネルギー 597kcal 脂質 17.4g たんぱく質 13.1g 食塩相当量 4.2g

~今月の炊き込みごはん~

☆15日(木) さつま芋ごはん

☆21日(水) あずきごはん

アレルギー表示) A:小麦 B:そば C:卵 D:乳 E:落花生 F:えび G:かに