

令和7年2月献立表(夕飯)

2月20日(木)

炊き込みごはん

【彩いごはん】

を白ごはんの代わりにお届けします！！

- ※仕入れの都合上献立を変更する場合があります。
- ※おかずの容器は電子レンジ対応になっています。
- ※お米は新潟県産です。※ごはんは約240g・約427kcalです。
- ※当日の変更は10時までお願いします。



TEL0256-63-4624 FAX0256-63-6866



3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
カレーシチュー A・D・E 野菜コロッケ A みそ炒め 佃煮 A・D 野菜ソテー ツナサラダ A・C 福神漬 A エネルギー 458kcal 脂質 20.8g たんぱく質 14.3g 食塩相当量 3.8g	スパゲティ和え A ハンバーグデミソースかけ A・D タコキャベツかつ A・F・C・D さつまいの韓国風炒め A 佃煮 A フレンチサラダ A メンマのおかか煮 A・D 漬物 A エネルギー 366kcal 脂質 20.4g たんぱく質 17.8g 食塩相当量 3.4g	焼魚(トラウト) A・C・D 三角ポテト A・C・D ビック海鮮しゅうまい A・D・F・G 中華炒め A 和え物 A 煮付(こんにゃく) A・D 煮付(しいたけ) A・D 漬物 他 A エネルギー 340kcal 脂質 16.2g たんぱく質 18.9g 食塩相当量 3.7g	さつまいサラダ C チキンカツ A・D エビフライ A・F・C・D ミニソース ビーフンソテー A・C・D サラダ C・D 鶏肉のカシューナッツ炒め A・C・D 漬物 他 A エネルギー 349kcal 脂質 18.5g たんぱく質 11.0g 食塩相当量 2.8g	レタス ホキの薬味ソースかけ A・C・D 花かまぼこ A・C 黄桃缶 大根の甘辛煮 A・D 煮付(ごぼう巻) A・C・D・F 生姜和え A カレーポテト 他 C・D エネルギー 459kcal 脂質 9.3g たんぱく質 14.0g 食塩相当量 1.7g	<p>休業日</p>
10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
焼そば A・D 特選春巻き A・C・D オムレツ C・D 煮物 A・D 煮付(がんも) A・D 無限こんにゃく A・D 磯香和え A 漬物 A エネルギー 287kcal 脂質 12.0g たんぱく質 12.2g 食塩相当量 2.4g	<p>建国記念の日</p>	イタリアン風 A 鶏ムネから揚げ A・C ジャーマンポテト A・C・D 漬物 A 彩り和え C 麻婆大根 他 A・D エネルギー 392kcal 脂質 13.1g たんぱく質 13.2g 食塩相当量 3.3g	肉味噌あんかけ A・C・D とり天 A・C・D オレンジ ひじき煮 A・D 煮付(さつまい揚げ) D・F・G 佃煮 ナムル A 漬物 A エネルギー 466kcal 脂質 13.5g たんぱく質 16.7g 食塩相当量 2.6g	キャベツ あじフライ A ホタテ風味蒲鉾フライ A・C・G ミニソース オイスターソース煮 A・D 佃煮 大学芋 A・C・D 和え物 他 A エネルギー 488kcal 脂質 12.6g たんぱく質 13.4g 食塩相当量 2.7g	酢豚 A 白身フライ A うずら串フライ C・D 切干大根の煮物 A・D 煮付 A・D たけのこの金平 A 和え物 A 漬物 A エネルギー 410kcal 脂質 20.2g たんぱく質 16.3g 食塩相当量 2.7g
17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)
レタス 鶏肉のレモンから揚げ A・D パイン 大根の甘辛煮 A・D 煮付 A・C・D・F もやしのピリ辛和え A 炒め物 C・D 漬物 A エネルギー 359kcal 脂質 19.5g たんぱく質 14.2g 食塩相当量 1.7g	クリーム煮 A・D ベーコンマトフライ A・D おでん風 A・C・D 煮付 A・D 長いものしょうゆ和え A 白麻婆豆腐 A 漬物 A エネルギー 273kcal 脂質 12.7g たんぱく質 10.3g 食塩相当量 2.7g	豚丼風 A 紅生姜 A とりごぼうかつ A・D 南瓜天 A・C・D 水餃子の油淋鶏ソースかけ A おひたし A・G 大根の金平 A・C・D 漬物 A エネルギー 348kcal 脂質 11.9g たんぱく質 10.9g 食塩相当量 2.4g	焼うどん A いかステーキ A・C・D ごま炒め A 佃煮 八幡巻 A・C・D ハンバンジー 他 C <div style="border: 2px solid green; padding: 2px; display: inline-block;">彩いごはん</div> エネルギー 235kcal 脂質 7.4g たんぱく質 19.1g 食塩相当量 2.9g	さばの味噌煮 A・D 煮付(たけのこ) A・C かぶの柚子風味漬 麻婆春雨 A ごま和え D 肉じゃが A・D 佃煮 A エネルギー 413kcal 脂質 15.4g たんぱく質 15.5g 食塩相当量 2.3g	<p>休業日</p>
24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	
<p>振替休日</p>	チンジャオオロス A 和え物 A 焼魚(しおます) C・D 厚焼き玉子 A・C・D 豆腐ナゲット A・C・D 南瓜のそぼろ煮 A・D 漬物 A エネルギー 383kcal 脂質 23.1g たんぱく質 21.2g 食塩相当量 3.8g	付)千キャベツ タレかつ A・D ミニグラタン C・D マカロニサラダ A みかん缶 大根ドレッシング A ナムル A・D 漬物 エネルギー 372kcal 脂質 17.5g たんぱく質 16.4g 食塩相当量 3.0g	レタス えびチリ A・C・F 磯辺白身フライ A・C・D ちゃんぽんうどん A・C・D サラダ D ごま和え D 漬物 A エネルギー 445kcal 脂質 18.4g たんぱく質 16.8g 食塩相当量 3.5g	ペペロンチーノ A・D チキンステーキ A サーモンフライ A・C キャベツの炒め物 A 佃煮 れんこんの塩昆布和え ポトフ A・D 漬物 A エネルギー 434kcal 脂質 17.4g たんぱく質 19.6g 食塩相当量 3.0g	

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