



週間献立表

	2月23日	2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日	3月1日
朝食	ご飯(160g) 味噌汁 大豆ボールの煮物 ごま和え(ほうれん草) ふりかけ(おかか)	ご飯(160g) 味噌汁 冬瓜の煮物 金山寺和え(ｷｬﾘ) ふりかけ(たらこ)	ご飯(160g) 味噌汁 南瓜のかか煮 ピーマンとツタの和え物 ふりかけ(たまご)	ご飯(160g) 味噌汁 ミートボールの照り煮 ピーナツバター和え ふりかけ(鮭)	ご飯(159g) 味噌汁 大根のツナ煮 いんげんとじゃこの和え たいみそ	ご飯(160g) 味噌汁 五目大豆煮 なめたけ和え ふりかけ(たらこ)	ご飯(160g) 味噌汁 冬瓜のそぼろ煮 磯和え ふりかけ(たまご)
昼食	親子丼 ポン酢和え 白桃缶 すまし汁(かまぼこ) 	ご飯(160g) 魚の南部焼き ビーフン炒め キウイ すまし汁(はんぺん)	ご飯(160g) 和風照焼ハンバーグ 海藻サラダ マンゴー 味噌汁 	ご飯(160g) 魚の唐揚げピリ辛ダレ わさび和え(ｷｬﾘ) バナナ すまし汁(大根・ｷｬﾘ)	おにぎり  きつねうどん ひじきの白和え マスカットゼリー	ご飯(160g) 魚のネギ味噌ﾓ焼き ピーマンと竹輪の和え物 みかん すまし汁	赤飯 照り焼きチキン 菜の花のごま味噌和え キウイ すまし汁(たまご豆腐)
おやつ	牛乳 ぜんざい	牛乳 今川焼き 	牛乳 ババロア	牛乳 抹茶ミルクゼリー	牛乳 どらやき	牛乳 フルーチェ	牛乳 しっとりまんじゅう(黒糖)
夕食	ご飯(160g) 魚のチーズムニエル 明太スパゲッティサラダ バナナ コンソメスープ(人参)	ご飯(160g) マーボー豆腐 彩り野菜のナムル フルーツカクテル 中華スープ	ご飯(160g) アジのみぞれ煮 梅しらす和え みかん けんちん汁	ご飯(160g) 豚ロース梅肉焼き 菜の花のﾊﾞｰﾝｺﾝﾊﾞﾀｰ 黄桃缶 すまし汁(花麩)	ご飯(160g) 魚の煮付け もやしの卵炒め 洋なし缶 豚汁	ご飯(160g) 肉じゃが 蟹と若布の酢の物 マンゴー すまし汁(魚めん)	ご飯(160g) 黒酢煮 麻婆春雨 フルーツカクテル 白菜と人参のスープ

