

よ てい こん だて ひょう
予定献立表

たきのう せいかつかいご
あすなろ(多機能・生活介護)



	2月1日(日)	2月2日(月)	2月3日(火)	2月4日(水)	2月5日(木)	2月6日(金)	2月7日(土)
昼食	赤飯 ぶりの照り焼き ミニコロツケ 白菜の酢のもの 味噌汁 フルーチェ	五目うどん 茄子田楽 白菜の塩こぶ和え 果物盛り合わせ	行事食 節分 助六(巻き寿司・いなり寿司) 煮奴 金時豆煮 赤だし 水ようかん	ご飯 白身魚フライ&えびフライ ほうれん草と竹輪の煮浸し 大根の和風和え 吸い物 ヨーグルト	きつねうどん 出し巻き玉子 菊菜の湯葉和え 果物盛り合わせ	ご飯 豚肉の生姜炒め ふろふき大根 菜の花の土佐和え 味噌汁 プリン	ご飯 タンドリーチキン 冬瓜の煮物 味噌汁 果物盛り合わせ
カロリー	703kcal	550kcal	659kcal	621kcal	478kcal	674kcal	571kcal
	2月8日(日)	2月9日(月)	2月10日(火)	2月11日(水)	2月12日(木)	2月13日(金)	2月14日(土)
昼食	ご飯 筑前煮 豆腐チャンプルー 白菜と海藻のサラダ 味噌汁 コーヒゼリー	ポークカレー ミモザサラダ 漬物 いちごヨーグルト 果物	酒粕うどん 南瓜のかにあんかけ 豆サラダ 果物盛り合わせ	山菜散らし寿司 高野豆腐の煮物 しろ菜の海苔和え 赤だし 乳酸菌飲料	ご飯 味噌カツ ひじきサラダ 吸い物 果物盛り合わせ	行事食♡バレンタイン♡ ご飯 ハートコロツケ&ミンチカツ マカロニのバターソテー 豆腐サラダ コンソメスープ オレンジゼリー 多機能は実演食:チョコバナナ	ご飯 じゃが芋入りオムレツ ビーフソテー 青梗菜のお浸し 味噌汁 ヨーグルト
カロリー	599kcal	641kcal	544kcal	540kcal	631kcal	665kcal	586kcal
	2月15日(日)	2月16日(月)	2月17日(火)	2月18日(水)	2月19日(木)	2月20日(金)	2月21日(土)
昼食	ご飯 揚げ魚のおろし煮 金平ごぼう 胡瓜の酢のもの 味噌汁 水ようかん	焼きうどん 南瓜の含め煮 ほうれん草のお浸し 吸い物 乳酸菌飲料	ご飯 鶏と野菜の黒酢あんかけ 冬瓜の煮物 味噌汁 果物盛り合わせ	行事食~あったかメニュー~ 春野菜のちゃんぽんうどん 斗六豆 菊菜の一味和え いちごゼリー 果物	鮭散らし寿司 高野豆腐の含め煮 からし菜のポン酢和え 赤だし フルーチェ	坦々うどん かぶらの含め煮 ブロッコリーのゴマドレサラダ コーヒゼリー 果物	ご飯 鱈フライ 菜の花の土佐和え 味噌汁 果物盛り合わせ
カロリー	547kcal	524kcal	613kcal	553kcal	561kcal	555kcal	661kcal
	2月22日(日)	2月23日(月)	2月24日(火)	2月25日(水)	2月26日(木)	2月27日(金)	2月28日(土)
昼食	ご飯 白身魚の菜種焼き 豆乳がんもの煮物 もやしの和え物 味噌汁 ぶどうゼリー	ご飯 揚げ魚の和風マリネ 菜の花の辛子和え 吸い物 果物盛り合わせ	みぞれうどん なすのごま風味炒め 菊菜のナムル 果物盛り合わせ	キーマカレー シーザーサラダ 漬物 桃ヨーグルト 果物	ご飯 肉団子の酢豚風 高野豆腐の玉子とじ 大根の柚子和え 味噌汁 乳酸菌飲料	☆ご当地メニュー ちたけうどん風 芋ぐし風 えび大根 果物盛り合わせ	ご飯 鶏の唐揚げネギ塩だれ ピーマンの当座煮 青梗菜のお浸し 吸い物 抹茶羊羹
カロリー	596kcal	513kcal	549kcal	606kcal	648kcal	552kcal	656kcal

* 献立は発注の関係上、変更する場合がありますのでご了承ください