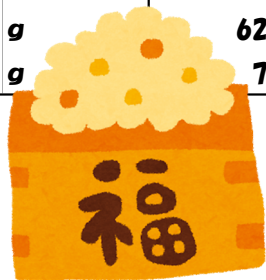




# 週間献立表

	1月27日(月)	1月28日(火)	1月29日(水)	1月30日(木)	1月31日(金)	2月1日(土)	2月2日(日)
朝食	ごはん がんと冬瓜の煮物 もやしのわさび和え ふりかけ みそ汁	ごはん いわしの蒲焼き 白菜のお浸し たいみそ みそ汁	ごはん じゃが芋の炒め物 オクラの和風和え ふりかけ みそ汁	ごはん 納豆 青梗菜とベーコンの炒め物 あみ佃煮 みそ汁	食パン ウインナー入り野菜炒め マカロニサラダ オニオンスープ	ごはん がんと煮物 ほうれん草のお浸し うめびしお みそ汁	ごはん 厚焼き卵 白菜のおかか和え 金山寺みそ みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 鶏肉のクリーム煮 フロッキー炒め パンフキンサラダ コンソメスープ	けんちんうどん 切り干し大根の炒り煮 ほうれん草の和え物 ジョア	ごはん 鮭の香味蒸し 茄子の含め煮 もやしとにらのごま醤油和え みそ汁	ごはん 鶏肉のタルタル焼き きざみ昆布の炒り煮 白菜の中華和え お吸い物	ごはん たらこのムニエル 大根のそぼろがけ もやしのナムル みそ汁	ごはん 鶏肉の竜田揚げ きんぴらごぼう いんげんのマヨ和え みそ汁	ゆかりごはん いわしハンバーグ ふろふき大根 豆サラダ すまし汁
おやつ	さつまいも羊羹	吹雪饅頭	やわらかおかき	パンケーキ抹茶	セレクト	ウエハース	たまごボーロ
夕食	ごはん さばの粕漬焼き ひじきの煮物 金時豆 バナナ	ごはん 五目卵焼き和風あん 冬瓜の土佐煮 桜大根 黄桃缶	ごはん 青椒肉絲風 かに焼売 大豆と金時豆の甘煮 マンゴー缶	ごはん かれの生姜煮 れんごんのピリ辛炒め 青しその実漬け みかん缶	ごはん 豚卵とじ なすのみそ炒め うぐいす豆 りんご缶	ごはん 赤魚の香味焼き 青梗菜の炒め物 昆布佃煮 洋梨缶	ごはん 豚肉の味噌炒め かぶの煮物 白花豆 パイン缶
エネルギー	1486 Kcal	1376 Kcal	1386 Kcal	1380 Kcal	1559 Kcal	1362 Kcal	1547 Kcal
蛋白質	59.3 g	62.9 g	56.7 g	52.2 g	56.4 g	54.1 g	54 g
塩分	7.4 g	7.2 g	7.4 g	7.2 g	7.1 g	7.7 g	8.4 g



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



# 週間献立表



	2月3日(月)	2月4日(火)	2月5日(水)	2月6日(木)	2月7日(金)	2月8日(土)	2月9日(日)
朝食	ごはん ちくわの炒り煮 もやしのおぼろ醤油和え ふりかけ みそ汁	ごはん はんぺんの含め煮 ほうれん草の和え物 のり佃煮 みそ汁	ごはん 豆腐のどぼろかけ キャベツのおかか和え ふりかけ みそ汁	ごはん 甘酢肉団子 白菜のくるみ和え ゆずみそ みそ汁	食パン オムレツ ほうれん草のサラダ コンソメスープ	ごはん 肉詰めいなりの煮物 いんげんのごま和え えびみそ みそ汁	ごはん といつくね 菜の花のお浸し うめびしお みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	オレンジジュース	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 白身魚の野菜あんかけ かぼちゃの煮物 菜の花のお浸し すまし汁	ごはん 豚肉の生姜焼き なすの含め煮 白菜のお浸し みそ汁	麦ごはん 鮭のみりん焼き かぶのかにあんかけ 春雨サラダ みそ汁	ごはん 和風卵焼き ハムと青梗菜のソテー きゅうりの浅漬け みそ汁	ごはん 鱈のムニエル さつま揚げとかぶの煮物 もやし中華和え みそ汁	ごはん チキンチャップ カリフラワーソテー グリーンサラダ コンソメスープ	ごはん 揚げ豆腐の野菜あん じゃが芋のどぼろ煮 白菜のごま醤油和え みそ汁
おやつ	チョコパン	きみしぐれ	まがいせんべい	手作りココア蒸しパン	クッキー	モカロールケーキ	バムクーヘン
夕食	ごはん 鶏肉のカレー風味焼き じゃが芋のソテー きゅうり漬け バナナ	ごはん さほの甘辛煮 ひじきの煮物 うずら豆 マンゴー缶	ごはん コーンコロッケ 根菜の甘辛炒め たくあん フルーツカクテル缶	ごはん 白身魚のみそチーズ焼き さつま芋の煮物 きゃらぶき 黄桃缶	ごはん 豚肉の甘辛炒め 小松菜の煮浸し 赤しその実漬け りんご缶	ごはん さほの生姜醤油焼き レバーと玉ねぎの炒め煮 大豆と金時豆の甘煮 みかん缶	ごはん 中華風卵焼き甘酢あん 青梗菜の炒め物 高菜漬け パイナップル缶
エネルギー	1331 Kcal	1440 Kcal	1383 Kcal	1464 Kcal	1406 Kcal	1417 Kcal	1459 Kcal
蛋白質	57.9 g	52.4 g	49.4 g	56.1 g	45.2 g	58.8 g	52.7 g
塩分	6.9 g	7.3 g	7.7 g	7.2 g	7 g	6.5 g	8.1 g



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



# 週間献立表



	2月10日(月)	2月11日(火)	2月12日(水)	2月13日(木)	2月14日(金)	2月15日(土)	2月16日(日)
朝食	ごはん 納豆 大根きんぴら きゅうり漬け みそ汁	ごはん いわしの蒲焼き もやしのゆかい和え ふいかけ みそ汁	ごはん 高野豆腐の含め煮 なすのお浸し 金山寺みそ みそ汁	食パン スクランブルエッグ 白菜のサラダ コンソメスープ	ご飯 厚揚げの含め煮 ほうれん草の磯和え えびみそ みそ汁	ごはん あんかけ五目玉子 オクラの青じそ和え ふいかけ みそ汁	雑炊 松風焼き のり佃煮 みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 銀だらの西京焼き ごぼうの炒り煮 ほうれん草のお浸し お吸い物	ごはん といた 青梗菜の炒め物 カリフラワーの香味和え みそ汁	ごはん 鮭の香味焼き ひじきの炒り煮 ポテトサラダ みそ汁	ハヤシライス フロッピーのドレッシング和え いちご ヨーグルト	ごはん 白身魚のマスタード焼き かぶのコンソメ煮 いんげんのサラダ コンソメスープ	かき揚げそば 肉じゃが キャベツの塩昆布和え クリームス	野菜ピラフ たいめいけんグラタン ほうれん草とたまごの炒め物 りんご缶 ジョア
おやつ	クリームパン	酒饅頭	ぼたぼた焼き	杏仁豆腐	チョコケーキ	抹茶パンケーキ	オレンジゼリー
夕食	ごはん 肉野菜炒め えび焼売 ザーサイ マンゴー缶	ごはん 千草焼和風あん 里芋のごま煮 青しその実漬け バナナ	ごはん 豚肉の味噌炒め 冬瓜のかにあんかけ 金時豆 みかん缶	ごはん 赤魚の生姜煮 キャベツのベーコンソテー つぼ漬け 洋梨缶	ごはん 鶏肉のポン酢炒め もやしのソテー うぐいす豆 パイ缶	ごはん あじの塩麹焼き ちくわとごぼうの甘辛炒め 桜大根 黄桃缶	ごはん かに玉 しゅうまい 棒棒鶏
エネルギー	1507 Kcal	1421 Kcal	1465 Kcal	1410 Kcal	1355 Kcal	1363 Kcal	1580 Kcal
蛋白質	50.7 g	63.8 g	54.9 g	58.5 g	53.3 g	46.8 g	62.7 g
塩分	7.4 g	6 g	7 g	6.7 g	6.7 g	7 g	9.6 g



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

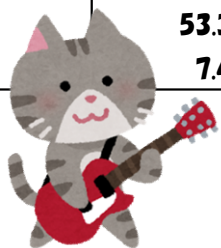
※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



# 週間献立表



	2月17日(月)	2月18日(火)	2月19日(水)	2月20日(木)	2月21日(金)	2月22日(土)	2月23日(日)
朝食	ごはん がんもの煮物 ほうれん草のおかか和え ふいかけ みそ汁	ごはん しらすの卵とじ 白菜のお浸し たいみそ みそ汁	ごはん はんぺんのチーズのせ焼き オクラのお浸し ふいかけ みそ汁	食パン ウィンナーソテー フロッキーサラダ コーンスープ	ごはん さつま揚げの煮物 キャベツの和え物 うめびしお みそ汁	ごはん 小松菜とツナの炒め物 温泉卵 のり佃煮 みそ汁	ごはん 納豆 ちくわの煮浸し しば漬け みそ汁
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 煮込みハンバーグ なすの揚げ浸し スパゲティサラダ コンソメスープ	ごはん 白身魚のバター醤油焼き 冬瓜のくず煮 いんげんのピーナッツ和え みそ汁	ごはん 鶏肉のオニオンソースかけ キャベツのソテー ほうれん草のサラダ コンソメスープ	ごはん 鮭の漬け焼き 大根の土佐煮 マカロニサラダ みそ汁	ごはん 麻婆豆腐 春巻き もやしのナムル 中華スープ	ごはん きんめだいの煮付け ごぼうの煮物 春雨サラダ みそ汁	ごはん 鶏肉のハニーマスタード焼き もやしのソテー フロッキーのサラダ コンソメスープ
おやつ	そば饅頭	あんぱん	プリン	やわらかおかき	手作りきなこ蒸しパン	チョコバウムクーヘン	ずんだどら焼き
夕食	ごはん かれいの照り焼き ぜんまい煮 白花豆 マンゴー缶	ごはん 豚肉のにんにく炒め 春雨煮 しば漬け バナナ	麦ごはん たらこの揚げ浸し なすのそぼろ煮 きゅうりぶき 黄桃缶	ごはん 豚肉の葱塩焼き さつま芋と昆布の煮物 たくあん 洋梨缶	ごはん さほの甘辛煮 なすとピーマンの炒め物 大豆と金時豆の甘煮 みかん缶	ごはん 回鍋肉 かに焼売 高菜漬け フルーツカクテル缶	ごはん 白身魚のみそマヨ焼 ひじきの煮物 金時豆 パイン缶
エネルギー	1527 Kcal	1476 Kcal	1370 Kcal	1592 Kcal	1509 Kcal	1525 Kcal	1395 Kcal
蛋白質	51 g	53.3 g	54.5 g	53.2 g	57.9 g	56.9 g	57.7 g
塩分	7.1 g	7.4 g	6.4 g	7.9 g	7.4 g	7.8 g	6.7 g



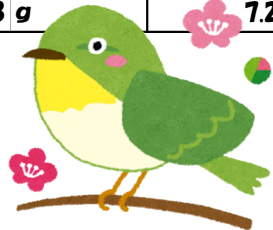
※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



# 週間献立表

	2月24日(月)	2月25日(火)	2月26日(水)	2月27日(木)	2月28日(金)		
朝食	ごはん 高野豆腐のねぎあんかけ 白菜の和え物 ふりかけ みそ汁	ごはん 厚焼き卵 いんげんのお浸し えびみそ みそ汁	ごはん 肉詰めいんげんの煮物 ほうれん草のお浸し ふりかけ みそ汁	ごはん ミートボール キャベツの和え物 ゆずみそ みそ汁	食パン スクランブルエッグ もやしのサラダ コンソメスープ		
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
昼食	スパゲティナポリタン さつま芋の甘煮 ほうれん草のサラダ ジョア	ごはん たらこのさらさ焼き 小松菜の炒め物 キャベツのフレンチ和え みそ汁	ごはん 豚肉と野菜のオイスター炒め 焼ビーフン きゅうりの塩昆布和え 中華スープ	麦ごはん あじの照り焼き 切り干し大根の煮物 花野菜のドレッシング和え みそ汁	ごはん チキンカレー コールスローサラダ 福神漬け ヨーグルト		
おやつ	黒糖パンケーキ	吹雪饅頭	ソフトサラダ	カスタードケーキ	セレクト		
夕食	ごはん 鮭の七味焼き なすの煮物 青しその実漬け バナナ	ごはん メンチカツ かぶのそぼろ煮 うぐいす豆 いんご缶	ごはん さばの煮付け つみれと冬瓜の煮物 つぼ漬け マンゴー缶	ごはん ベーコンのキッシュ いんげんのバター炒め 昆布佃煮 黄桃缶	ごはん 赤魚のきのご蒸し 絹揚げと大根の味噌炒め うずら豆 みかん缶		
エネルギー	1582 Kcal	1429 Kcal	1464 Kcal	1495 Kcal	1549 Kcal		
蛋白質	66 g	50.7 g	55.2 g	55.6 g	55.9 g		
塩分	6.8 g	7.2 g	8.1 g	7.3 g	7.3 g		



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。

埼玉さくらんぼ | II 番館