

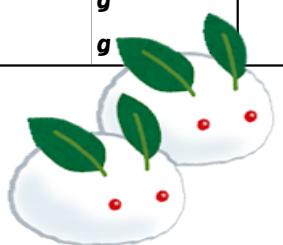


2月

## 週間献立表



								2月1日(日)	
朝食								ごはん 野菜つみれの煮物 いんげんのツナマヨ和え うめびしお みそ汁	
10時								牛乳	
昼食								ごはん 鶏肉の竜田揚げ きんぴらごぼう 白菜のお浸し みそ汁	
おやつ								白い風船	
夕食								ごはん あじの香味焼き じゃが芋の煮物 昆布佃煮 洋梨缶	
エネルギー		Kcal		Kcal		Kcal		1306 Kcal	
蛋白質		g		g		g		52.2 g	
塩分		g		g		g		6.9 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

# 2月 週間献立表

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)		2月8日(日)	
朝食	ごはん 厚揚げの含め煮 キャベツのおかか和え 金山時みそ みそ汁	ごはん だし巻きたまご オクラの和え物 ふりかけ みそ汁	ごはん ちくわの炒い煮 フロックコリーの和え物 のり佃煮 みそ汁	ごはん 豆腐のそぼろかけ もやしのお浸し ふりかけ みそ汁	ごはん 甘酢肉団子 白菜のからし和え 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 はんぺんの煮物 いんげんのごま和え えびみそ みそ汁						
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	ごはん かに入り卵焼きのあんかけ 焼ビーフン もやしのナムル 中華スープ	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	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 赤魚のみりん焼き 蕪のくず煮 春雨サラダ みそ汁	ごはん 和風卵焼き 青梗菜の炒め物 大根の甘酢漬け みそ汁	ごはん 鰯のムニエル さつま揚げと大根の煮物 もやしの和え物 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						
おやつ	チョコパン	たまごボーロ	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	いちごロールケーキ						
夕食	ごはん 豚肉の味噌炒め かぶの煮物 白花豆 パイン缶	ごはん 鶏肉のカレー風味焼き じゃが芋のソテー たくわん フルーツカクテル缶	ごはん さばの甘辛煮 蓮根の甘辛炒め うずら豆 マンゴー缶	ごはん コーンコロッケ ひじきの煮物 きゅうり漬け バナナ	ごはん 白身魚のみそチーズ焼き さつま芋の煮物 うぐいす豆 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 あじの生姜醤油焼き レバーと玉ねぎの炒め物 大豆と金時豆の煮物 みかん缶						
エネルギー	1501 kcal	1323 kcal	1450 kcal	1283 kcal	1497 kcal	1406 kcal	1326 kcal						
蛋白質	51.5 g	53.6 g	51 g	44.3 g	56.2 g	50.2 g	54.5 g						
塩分	6.9 g	6.2 g	6.9 g	6.8 g	6.7 g	6.8 g	6.9 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。

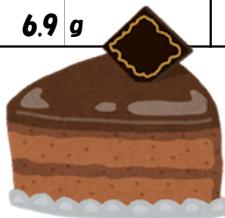




# 2月 週間献立表



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)		2月15日(日)	
朝食	ごはん チキンボールの煮物 ほうれん草のお浸し うめびしお みそ汁	ごはん 納豆 大根きんぴら あみ佃煮 みそ汁	ごはん いわしの蒲焼き もやしのゆかり和え ふりかけ みそ汁	ごはん 炒り豆腐 なすのお浸し たいみそ みそ汁	ごはん あんかけ五目玉子 オクラの青じそ和え ふりかけ みそ汁	食パン ウインナー・ソテー マカロニサラダ コーンスープ	ごはん 厚揚げの含め煮 白菜の磯和え えびみそ みそ汁						
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	ごはん 揚げ豆腐の野菜あん じゃが芋のさぼろ煮 白菜の和え物 みそ汁	ごはん さばの西京焼き ごぼうの炒り煮 オクラのサラダ お吸い物	ごはん とり天 小松菜の炒め物 カリフラワーの香味和え みそ汁	ごはん かれいの香味焼き かぼちゃの煮物 コールスローサラダ みそ汁	かき揚げうどん 豚バラ大根 キャベツの塩昆布和え ジョア	ごはん ハートのハンバーグ ジャーマンポテト ツナサラダ コンソメスープ	ごはん 白身魚のマスタード焼き かぶの煮物 いんげんの和え物 コンソメスープ						
おやつ	パウムクーヘン	クリームパン	酒饅頭	ぼたぼた焼	抹茶パンケーキ	チョコケーキ	杏仁豆腐						
夕食	ごはん 中華風卵焼き 青梗菜の炒め物 高菜漬け パイン缶	ごはん 肉野菜炒め エビ焼壳 白花豆 マンゴー缶	ごはん 千草焼き 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	麦ごはん あじの塩麹焼き ちくわと蓮根の甘辛炒め 桜大根 黄桃缶	ごはん 赤魚の生姜煮 きざみ昆布の炒り煮 うずら豆 パイン缶	ごはん 鶏肉のポン酢炒め もやしの炒め物 つぼ漬け 洋梨缶						
エネルギー	1377 kcal	1509 kcal	1415 kcal	1501 kcal	1317 kcal	1458 kcal	1312 kcal						
蛋白質	51.1 g	54.1 g	64.1 g	52.4 g	47 g	54.9 g	52.5 g						
塩分	6.9 g	6.9 g	6.2 g	6.6 g	6.9 g	6.8 g	6.3 g						



※栄養量は個人の必要量に合わせて提供します。

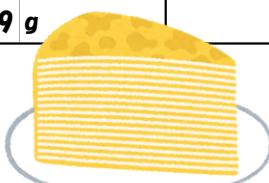
※仕入状況等により、献立が変わる場合があります。ご了承ください。



# 2月 週間献立表



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)		2月22日(日)	
朝食	ごはん さつま揚げの煮物 キャベツの和え物 金山時みそ みそ汁	ごはん がんもの煮物 白菜のおかか和え ふりかけ みそ汁	ごはん ソーセージのソテー もやしのお浸し ゆずみそ みそ汁	ごはん はんぺんチーズのせ焼き オクラのお浸し ふりかけ みそ汁	食パン スクランブルエッグ ブロッコリーサラダ コンソメスープ	ごはん ちくわの炒め煮 キャベツの和え物 うめびしお みそ汁	ごはん ツナの炒め物 温泉卵 のり佃煮 みそ汁						
10時	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	ごはん 麻婆豆腐 春巻き ほうれん草のナムル 中華スープ	ハヤシライス 花野菜サラダ ヨーグルト 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	麦ごはん さばの漬け焼き 大根の土佐煮 スペaghettiサラダ みそ汁	ごはん 豆腐ハンバーグ 冬瓜の煮物 ほうれん草のかに和え みそ汁	ごはん かれいの煮付け ごぼうの煮物 春雨サラダ みそ汁						
おやつ	クラシックプリンケーキ	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						
夕食	ごはん あじの七味焼き じゃが芋の含め煮 金時豆 りんご缶	ごはん 五目卵焼き せんまい煮 しづく漬け マンゴー缶	ごはん 豚肉のにんにく炒め 春雨煮 うぐいす豆 バナナ	ごはん たらの揚げ浸し なすのとぼろ煮 きゅうりふき 黄桃缶	ごはん 豚肉の葱塩炒め さつま芋と昆布の煮物 大豆と金時豆の甘煮 洋梨缶	ごはん 赤魚の香味蒸し なすとピーマンの炒め物 たくわん フルーツカクテル缶	ごはん 回鍋肉 かに焼壳 高菜漬け みかん缶						
エネルギー	1436 kcal	1574 kcal	1461 kcal	1358 kcal	1568 kcal	1342 kcal	1487 kcal						
蛋白質	55.7 g	59.8 g	49.8 g	53.3 g	52.7 g	48.1 g	52.4 g						
塩分	6.9 g	6.9 g	6.9 g	6.3 g	6.9 g	6.9 g	6.9 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。

# 2月 週間献立表

	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)	
朝食	ごはん かにかまの卵とじ いんげんの和え物 たいみそ みそ汁	ごはん 高野豆腐のねぎあんかけ 白菜のお浸し ふりかけ みそ汁	ごはん 厚焼き卵 もやしのお浸し えびみそ みそ汁	ごはん 絹厚揚げの煮物 ほうれん草のお浸し ふりかけ みそ汁	ごはん 納豆 ちくわの煮浸し あみ佃煮 みそ汁	食パン ミートボール 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	牛乳	
昼食	ごはん 鶏肉のハニーマスター焼 もやしのソテー フロッコリーのサラダ コンソメスープ	ソース焼きそば 肉焼売 ほうれん草のサラダ ジョア	ごはん たらのさうさ焼き 小松菜の炒め物 カリフラワーの和え物 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 オクラの青じそ和え みそ汁	ごはん チキンカレー コールスローサラダ 香の物 ヨーグルト	
おやつ	ずんだどう焼き	黒糖パンケーキ	吹雪饅頭	ソフトサラダ	イチゴスペシャル	チョコチップクッキー	
夕食	ごはん 白身魚のみそマヨ焼き ひじきの煮物 金時豆 パイン缶	ごはん 豚肉の野菜炒め 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 りんご缶	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 白桃缶	ごはん 赤魚のきのこ蒸し 絹厚揚げと大根の味噌炒め うずら豆 みかん缶	
エネルギー	1437 kcal	1448 kcal	1374 kcal	1482 kcal	1403 kcal	1527 kcal	
蛋白質	57.4 g	52.6 g	51.2 g	54.1 g	54.4 g	58.2 g	
塩分	6.1 g	6.3 g	6.9 g	6.8 g	6.9 g	6.9 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。