




# 2月 献立表



現場：通所リハビリテーションひかり  
 献立種類：常食（個別献立）  
 期間：2018/2/1～2018/2/28

	月	火	水	木	金
				1	2 
昼食				ごはん たらの天ぷら 五目大豆煮 小松菜と海老の和え物 味噌汁	*節分* 恵方巻きといなり寿司 ゆずみそ田楽 菜の花の辛子和え 清汁
				エネルギー - 591kcal	エネルギー - 572kcal
	5	6	7	8	9
昼食	ごはん 白身魚の青のりフライ 南瓜含め煮 しらたきの明太和え 粕汁	☆☆今月の逸品☆☆ 鶏あんかけ生姜うどん さつま芋の天ぷら ピーマンのしらす和え 黄桃缶	ごはん カレイの野菜あんかけ 里芋のそぼろ煮 ブロッコリーのおかか和え 味噌汁	炊き込みごはん 魚の利休焼き 枝豆がんもの含め煮 もやしの梅肉和え 味噌汁	ごはん とんかつ こんにゃくの甘辛煮 チンゲン菜の錦糸和え 清汁
	エネルギー - 603kcal	エネルギー - 611kcal	エネルギー - 573kcal	エネルギー - 558kcal	エネルギー - 602kcal
	12	13	14	15	16
昼食	ごはん 酢鶏 蒸しシューマイ 中華風サラダ 中華スープ	ごはん 鰯の山椒焼 焼豆腐と卵の炒め物 ほうれん草のお浸し 味噌汁	♪バレンタイン♪ オムハヤシ キャベツとコーンのサラダ スープ みかん缶 	ごはん おでん 蓮根と牛肉の甘酢炒め カリフラワーの和え物 味噌汁	ごはん 松風焼 さつまいもの含め煮 小松菜のお浸し 味噌汁
	エネルギー - 545kcal	エネルギー - 530kcal	エネルギー - 655kcal	エネルギー - 628kcal	エネルギー - 597kcal
	19	20	21	22	23
昼食	ごはん 白身魚のパン粉焼き オーロラン ブロッコリーの炒め物 大根サラダ コンソメスープ	ごはん 牛肉の柳川風煮 竹輪の磯辺揚げ いんげんの塩昆布和え 味噌汁	ごはん 油淋鶏 ニラ卵炒め ほうれん草のなめ茸和え スープ	ポークカレー シーフードサラダ コンソメスープ パイン缶	ごはん 白身魚の二色揚げ れん根のきんぴら 山菜おろし 清汁
	エネルギー - 541kcal	エネルギー - 544kcal	エネルギー - 560kcal	エネルギー - 595kcal	エネルギー - 580kcal
	26	27	28		
昼食	中華丼 ナムル 中華スープ りんご	ごはん 鶏肉の照焼 きのこ和風ソテー ツナサラダ 味噌汁	ごはん 鰯の南蛮漬け 南瓜のそぼろ煮 白菜の磯和え 味噌汁		
	エネルギー - 560kcal	エネルギー - 561kcal	エネルギー - 578kcal		

\*材料の仕入れの都合により、献立が一部変更になることがあります。株式会社 魚国総本社