

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：2019/2/1～2019/2/28

	月	火	水	木	金
					1
昼食					* 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 - 558kcal
	4	5	6	7	8
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 味噌汁	*ご当地メニュー（愛知県）* 味噌煮込みうどん 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 ブロッコリーの中華和え 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 豚肉の生姜焼き こんにゃくの甘辛煮 チンゲン菜の和え物 かき玉汁
	エネルギー - 578kcal	エネルギー - 597kcal	エネルギー - 583kcal	エネルギー - 558kcal	エネルギー - 556kcal
	11	12	13	14	15
昼食		ごはん 鰯の山椒焼 焼豆腐と卵の炒め物 カリフラワーの和え物 豚汁	ごはん おでん 蓮根と牛肉の甘酢炒め 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 コンソメスープ フルーツ	ごはん 松風焼 さつまいもの含め煮 小松菜の中華和え 清汁
		エネルギー - 616kcal	エネルギー - 547kcal	エネルギー - 655kcal	エネルギー - 600kcal
	18	19	20	21	22
昼食	ごはん 白身魚のパン粉焼き オーロソース 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	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 油淋鶏 ニラ卵炒め ほうれん草のなめ茸和え スープ	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 - 581kcal	エネルギー - 563kcal	エネルギー - 600kcal	エネルギー - 561kcal	エネルギー - 580kcal
	25	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	ごはん 麻婆豆腐 ブロッコリーかにあんかけ 棒々鶏サラダ 中華スープ	
	エネルギー - 560kcal	エネルギー - 561kcal	エネルギー - 578kcal	エネルギー - 600kcal	

*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