



# 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：2022/2/1～2022/2/28

	月	火	水	木	金
		1	2	3	4
屋食		ごはん 魚の利休焼き 揚げ出し豆腐 もやしの梅肉和え 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	*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 バナナ	ごはん 豚肉の生姜焼き こんにゃくの甘辛煮 チンゲン菜の中華ドレ和え かき玉汁
		エネルギー - 564kcal	エネルギー - 574kcal	エネルギー - 585kcal	エネルギー - 580kcal
	7	8	9	10	11
屋食	ごはん 牛肉の柳川風煮 竹輪の磯部揚げ いんげんのごま和え 味噌汁	ポークカレー シーフードサラダ コンソメスープ みかん缶	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 白身魚のパン粉焼き オーロラソ ブロッコリーの炒め物 大根サラダ コンソメスープ	建国記念日
	エネルギー - 582kcal	エネルギー - 584kcal	エネルギー - 595kcal	エネルギー - 582kcal	
	14	15	16	17	18
屋食	♪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 フルーツポンチ	ごはん 鮭の南蛮漬け 南瓜のそぼろ煮 白菜の磯和え 味噌汁	*ご当地メニュー（香川県）* しっぽくうどん さつま芋の天ぷら ピーマンのしらす和え 黄桃缶	ごはん 麻婆豆腐 ブロッコリーとカニカマの和え物 棒々鶏サラダ 中華スープ	ごはん 鯖の塩焼き きんぴらごぼう 枝豆がんもの含め煮 味噌汁
	エネルギー - 677kcal	エネルギー - 584kcal	エネルギー - 567kcal	エネルギー - 610kcal	エネルギー - 592kcal
	21	22	23	24	25
屋食	ごはん 鱈の菜種焼き ひじき炒め煮 小松菜の和え物 味噌汁	ごはん 酢鶏 蒸しシューマイ 中華風サラダ 中華スープ	天皇誕生日	ごはん 鶏肉の照焼 きのこ和風ソテー ツナサラダ 味噌汁	ちらし寿司 茶碗蒸し 白菜の塩昆布和え 赤だし オレンジ
	エネルギー - 615kcal	エネルギー - 582kcal		エネルギー - 560kcal	エネルギー - 551kcal
	28				
屋食	他人井 カリフラワーの甘酢和え 味噌汁 パイン缶				
	エネルギー - 570kcal				

\*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