

週間献立表

※食材の入荷の都合により変更させていただく場合がございますが、ご了承をお願いいたします。

	朝食	昼食	夕食	おやつ	栄養量
2/13 (日)	菜飯粥 厚焼き玉子 もやしの味噌汁 ヨーグルト	ご飯 豚肉の治部煮 金平ごぼう いんげんの胡麻和え	ご飯 スープ餃子 ふきの炒り煮 刻みたくあん	煎茶 ヤクルト ミニブッセケーキ	エネルギー 1535 kcal たんぱく質 50.1 g 塩分相当量 7.5 g
2/14 (月)	食パン マカロニサラダ フルーツ寒天 (パイナップル) 牛乳	☆バレンタインメニュー☆ ご飯 キッシュ コロケ 自家製テリーヌ フルーツ(桃)	ご飯 鯖の味噌焼き たけのこのおかか煮 わかめの酢の物	煎茶 チョコプリン	エネルギー 1905 kcal たんぱく質 64.8 g 塩分相当量 6.0 g
2/15 (火)	梅雑炊 五目豆 豆腐の味噌汁 ヨーグルト	ご飯 豚肉ときのこの 中華炒め ほうれん草のソテー 杏仁豆腐	ご飯 海老と玉子の炒め物 さつま芋の甘煮 ひじきの和え物	煎茶 おかしなバナナ	エネルギー 1594 kcal たんぱく質 55.0 g 塩分相当量 6.8 g
2/16 (水)	イチゴジャムパン かにかまサラダ バナナ 牛乳	☆炊き込みご飯の日☆ 枝豆ご飯 鯖の竜田揚げ 白菜の味噌汁 なめ茸おろし	ご飯 鶏肉の照り焼き 青梗菜の炒め物 もやしの ドレッシング和え	煎茶 カットロール	エネルギー 1666 kcal たんぱく質 55.7 g 塩分相当量 8.4 g
2/17 (木)	鮭雑炊 和風炒り玉子 わかめの味噌汁 ヨーグルト	ご飯 煮込み豆腐ハンバーグ 茄子炒め ブロッコリーの 塩昆布和え	ご飯 鱈の煮つけ 切り干し大根の煮物 白菜の胡麻和え	煎茶 抹茶ロール	エネルギー 1652 kcal たんぱく質 55.4 g 塩分相当量 8.7 g
2/18 (金)	食パン ツナサラダ バナナ 牛乳	ご飯 シルバーの 生姜醤油焼き 南瓜の煮物 トマトサラダ	ご飯 玉子の千草焼き 竹輪の旨煮 小松菜としめじの 和え物	煎茶 プチシュー	エネルギー 1550 kcal たんぱく質 60.9 g 塩分相当量 6.5 g
2/19 (土)	レモンフラワー ポテトサラダ フルーツ寒天 (みかん) 牛乳	麦ご飯 豆腐の肉味噌焼き キャベツの炒め物 オクラのお浸し	ご飯 ほっけの塩焼き 里芋のあおのりかけ わかめと胡瓜の 和え物	煎茶 フルーチェ	エネルギー 1597 kcal たんぱく質 55.1 g 塩分相当量 6.0 g

【プチ情報】

バレンタインデーに女性が男性にチョコレートを贈る習慣は日本独自のもので、1958年に、メリーチョコレートカンパニーが行ったチョコレートセールが始まりだそう。当施設でも2月14日限定の特別メニューを皆さまに贈らせていただきます。