

献立表

日付		朝	昼	夕
1月31日	日	ご飯 いか団子と大根の炊き合わせ 大豆サラダ みそ汁(なめこ・白菜)	ご飯 ツナと豆腐の卵焼きと海鮮団子フライ 青菜とちくわの和え物 コンソメスープ(玉ねぎ・ベーコン) オレンジゼリー	ご飯 焼き鳥と野菜炒め 厚揚げの甘辛煮 もやしとハムの中華和え
熱量/タンパク質/脂質		451 kcal/13.1 g/9.9g	567 kcal/17.8 g/18.0g	509 kcal/20.4 g/13.1g
2月1日	月	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質				
2月2日	火	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質				
2月3日	水	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質				
2月4日	木	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質				
2月5日	金	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質				
2月6日	土	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質				

材料入荷の関係で献立が変更される場合がございます。あしからずご了解下さいませ。