

日付		朝	昼	夕
2月27日	日	ご飯 厚揚げの甘辛煮 いんげんの胡麻和え みそ汁(小松菜・高野豆腐)	ご飯 鯖の醤油漬け焼き 南瓜サラダ みそ汁(豆腐・人参) バナナ	ご飯 酢鶏 さつまいものレモンあんかけ 青菜と大根の和え物
熱量/タンパク質/脂質		389 kcal/10.4 g/5.6g	596 kcal/20.5 g/15.0g	519 kcal/13.6 g/12.0g
2月28日	月	ご飯 ソーセージのスクランブル 大根と竹輪の和風和え みそ汁(じゃが芋・青梗菜)	ご飯 赤魚の煮付け サツマイモサラダ みそ汁(玉ねぎ・油揚げ) ぶどう	ご飯 照り焼き豆腐ハンバーグ 里芋とさつまいもの煮物 白菜のおかか和え
熱量/タンパク質/脂質		432 kcal/11.5 g/8.0g	510 kcal/17.0 g/9.4g	469 kcal/14.1 g/8.0g
3月1日	火	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質				
3月2日	水	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質				
3月3日	木	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質				
3月4日	金	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質				
3月5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。あしからずご了承下さいませ。