

2/1(日)~2/15(日)普通食献立表(昼) 高齢者配食サービス

手作り弁当の秋田屋食品 TEL 058-246-6337

<div>1日(日)</div> <div>休</div>	<div>2日(月)</div> <div><div>★ 鶏の唐揚げネギソース</div><div>★ カブとベーコンのコンソメ炒め</div><div>★ がんもどきの煮付け</div><div>★ もやしの中華サラダ</div><div>★ ブロッコリーの和え物</div><div>★ 白飯</div><div>塩分 3. 2g645kcal</div></div>	<div>3日(火)</div> <div><div>★ 麻婆豆腐</div><div>★ 魚の煮付</div><div>★ 白菜とウィンナーの中華煮</div><div>★ 大根の肉味噌かけ</div><div>★ コールスローサラダ</div><div>★ 白飯</div><div>塩分 3. 4g620kcal</div></div>	<div>4日(水)</div> <div><div>★ おろしハンバーグ</div><div>★ スパゲティ</div><div>★ パンバンジー</div><div>★ きのこのバター醤油炒め</div><div>★ コンニャクのうま煮</div><div>★ 白飯</div><div>塩分 3. 3g628kcal</div></div>	<div>5日(木)</div> <div><div>★ 鯖の味噌煮</div><div>★ 豆腐の野菜あんかけ</div><div>★ 法蓮草と玉子のソテー</div><div>★ 竹の子のおかか煮</div><div>★ 肉団子</div><div>★ 白飯</div><div>塩分 3. 4g619kcal</div></div>	<div>6日(金)</div> <div><div>★ 酢豚</div><div>★ アジフライ</div><div>★ 大根の煮物</div><div>★ 白菜と竹輪のさっと煮</div><div>★ いんげんの胡麻和え</div><div>★ 白飯</div><div>塩分 3. 2g641kcal</div></div>
<div>7日(土)</div> <div><div>★ 野菜の玉子とじ</div><div>★ ササミフライ</div><div>★ 厚揚げの煮物</div><div>★ 法蓮草のお浸し</div><div>★ 春雨サラダ</div><div>★ 白飯</div><div>塩分 3. 3g624kcal</div></div>	<div>8日(日)</div> <div>休</div>	<div>9日(月)</div> <div><div>★ あじの南蛮漬け</div><div>★ 豚肉と蓮根の甘辛煮</div><div>★ ひじきサラダ</div><div>★ こんにゃくの味噌煮</div><div>★ さつま芋のレモン煮</div><div>★ 白飯</div><div>塩分 3. 2g610kcal</div></div>	<div>10日(火)</div> <div><div>★ 焼肉</div><div>★ ホッケの塩焼き</div><div>★ なます</div><div>★ 小松菜のお浸し</div><div>★ 半ぺんの煮物</div><div>★ 白飯</div><div>塩分 3. 5g605kcal</div></div>	<div>11日(水)</div> <div><div>★ 豚しゃぶ</div><div>★ オムレツ</div><div>★ カボチャのいとこ煮</div><div>★ 五目豆</div><div>★ れんこんの土佐煮</div><div>★ 白飯</div><div>塩分 3. 5g606kcal</div></div>	<div>12日(木)</div> <div><div>★ カレイの野菜甘酢あんかけ</div><div>★ チャプチェ</div><div>★ 里芋とベーコンの炒め煮</div><div>★ 蒸し茄子の香味ソースかけ</div><div>★ コーンサラダ</div><div>★ 白飯</div><div>塩分 3. 5g610kcal</div></div>
<div>13日(金)</div> <div><div>★ 鮭の塩焼</div><div>★ 回鍋肉</div><div>★ 大根のうま煮</div><div>★ ブロッコリーのサラダ</div><div>★ ニラともやしの炒め物</div><div>★ 白飯</div><div>塩分 3. 5g624kcal</div></div>	<div>14日(土)</div> <div><div>★ さわらの西京焼き</div><div>★ 白菜の中華煮</div><div>★ 卵の花</div><div>★ スナッフ・エンドウのおかか和え</div><div>★ 玉子焼き</div><div>★ 白飯</div><div>塩分 3. 5g618kcal</div></div>	<div>15日(日)</div> <div>休</div>			



※お願い
 ・食品衛生上、当日午後1時までにお召し上がり下さい
 ・材料入手の関係で多少変更させて頂くことがあります