

2/16(木)~2/28(火)普通食献立表(夜) 高齢者配食サービス

手作り弁当の秋田屋食品 TEL 058-246-6337

16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)	20日(月)	21日(火)
★ ころうどん	★ 麻婆豆腐	★ さんまの塩焼き	★ 赤魚の胡麻ソースかけ	★ さばの塩焼き	★ おろしだれ豆腐ハンバーグ
★ エビとさつま芋の天ぷら	★ ハリハリ春巻き・ウィンナー	★ 筑前煮	★ 肉じゃが	★ カブのえびあんかけ	★ 白菜と豚肉の梅おかか炒め
★ 切干大根とあさりの煮物	★ エビチリ	★ ほうれん草の白和え	★ ぜんまいの煮物	★ がんもどきのうま煮	★ 竹の子とイカの味噌和え
★ イカとわかめの酢味噌和え	★ 金平牛蒡	★ はんぺんとネギの炒め物	★ 小松菜のしらす和え	★ もやしとピーマンの中華和え	★ レンコンの土佐煮
★ 角麩とかぼちゃの煮付け	★ 海鮮サラダ	★ サーモンのマリネ	★ สปาゲティサラダ	★ さつま芋サラダ	★ コールスローサラダ
★ 厚揚げの煮物	★ 竹輪の明太子和え	★ なすの生姜煮	★ 長芋の煮物	★ 大根の煮物	★ 切干大根の三杯酢和え
★ 菜飯	★ 白飯	★ 白飯	★ 白飯	★ 白飯	★ 白飯
塩分 3.6g 634kcal	塩分 3.1g 600kcal	塩分 3.5g 602kcal	塩分 3.0g 611kcal	塩分 3.6g 623kcal	塩分 3.2g 609kcal

22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	26日(日)	27日(月)
★ タラの五目ソース	★ 鶏の照り焼き	★ 鮭の塩焼き	★ ぶり大根	★ エビフライ	★ 肉団子と大根のうま煮
★ 鶏と野菜の玉子とじ	★ あさりと大根の煮物	★ なめ茸湯豆腐	★ チキンと野菜のトマト煮込み	★ いら豆腐	★ オムレツ
★ 卵の花	★ 椎茸とはんぺんの煮物	★ 蓮根と豚肉のオイスター炒め	★ 味噌おでん	★ 桜エビとかぼちゃのうま煮	★ 蒸しナスの味噌かけ
★ じゃが芋のカレー風味煮	★ トマトと青じそのサラダ	★ イカと里芋の煮物	★ ミートボール	★ 菜の花のお浸し	★ わかめとエノキの生姜炒め
★ ベビーホタテのマリネ	★ たたき牛蒡	★ 春雨サラダ	★ もやしの海苔和え	★ 竹の子ときのこの当座煮	★ スナッフエントウの胡麻和え
★ つくねの甘辛煮	★ シューマイ	★ 玉子焼き	★ さつま芋のレモン煮	★ 結びコンニャクの煮物	★ 大学芋
★ 白飯	★ 白飯	★ 白飯	★ 白飯	★ 白飯	★ 白飯
塩分 3.1g 604kcal	塩分 3.0g 641kcal	塩分 3.5g 621kcal	塩分 3.3g 600kcal	塩分 3.2g 643kcal	塩分 3.0g 624kcal

28日(火)
★ さんまの梅煮
★ きのこと白菜のさつと煮
★ 里芋のそぼろあん
★ あさりとネギの和え物
★ 焼き竹輪のうま煮
★ カリフラワーのマヨネーズ和え
★ 白飯
塩分 3.5g 625kcal



※お願い
 ・食品衛生上、当日午後7時までにお召し上がり下さい
 ・食材入手の関係で多少変更させていただくことがあります

