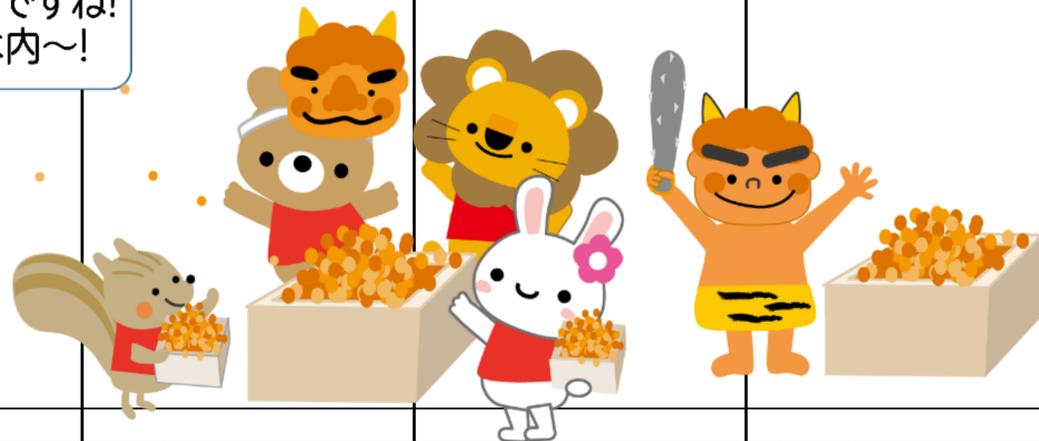
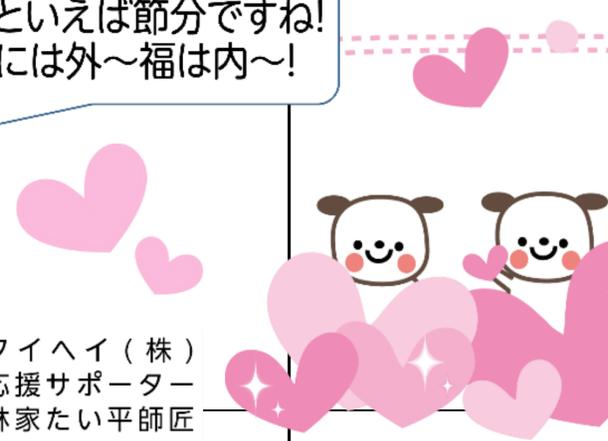
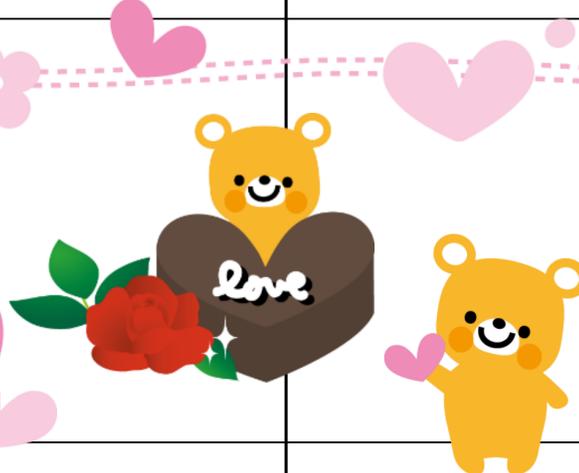


	月	火	水	木	金	土 2月1日	日 2月2日
おひるごはん	 <p>2月といえば節分ですね! おには外〜福は内〜!</p>	 <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>				 <p>ご飯 豚肉とチンゲン菜の味噌煮 キャベツとひじきのツナサラダ すまし汁</p>	 <p>ご飯 カラスカレイの和風あんかけ 鶏レバーのかりん揚げ みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>
			Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g
おひるごはん	2月3日	2月4日	2月5日	2月6日	2月7日	2月8日	2月9日
	 <p>●赤おにさんライス 豚肉とじゃが芋のコンソメ煮 大根とワカメの中華和え</p>	 <p>ご飯 助宗タラのバター醤油焼き 豆腐と野菜の玉子とし煮 みそ汁 ヨーグルト</p>	 <p>コーンクリームスパゲティ さつまいもと人参の和え物 スープ</p>	 <p>鉄分強化!ふりかけご飯 鮭のみぞれ煮 豆腐と小松菜のサラダ みそ汁 フルーツ(りんご)</p>	 <p>ご飯 鶏肉の玉子とし煮 かぶとトマトのごまサラダ みそ汁</p>	 <p>ご飯 助宗タラのカレーマヨ焼き 炒りおから みそ汁 ヨーグルト</p>	 <p>さつまいもときのこの炊き込みご飯 豆腐と肉野菜のとろみ煮 キャベツとコーン炒め みそ汁</p>
Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g
	439/14.4/15.0/64.3/1.1	380/18.7/11.3/55.0/1.0	413/16.6/14.0/58.1/1.2	407/17.5/11.8/62.0/1.2	364/13.5/12.5/52.1/0.9	371/17.6/10.2/57.0/1.0	429/16.0/13.1/65.8/1.3
おひるごはん	2月10日	2月11日	2月12日	2月13日	2月14日		
	 <p>ご飯 チキンとかぼちゃのトマト煮 大根サラダ スープ</p>	 <p>ポークカレーライス チンゲン菜の玉子サラダ フルーツ(りんご)</p>	 <p>ご飯 豆腐とささみの中華煮 さつまいもの甘辛炒め 中華スープ</p>	 <p>ご飯 白糸タラのチーズ焼き 人参しいし みそ汁 フルーツ(いよかん)</p>	 <p>鉄分強化!ふりかけご飯 ●ハートの玉子焼き 春雨サラダ みそ汁 フルーツ(バナナ)</p>		
Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g		
	355/11.3/11.1/56.8/1.2	427/14.8/14.7/63.5/1.4	399/14.1/8.7/68.6/1.2	378/14.4/13.3/54.3/1.1	390/11.2/11.6/63.4/1.0		

*都合により、献立を変更する場合がございます。

	月	火	水	木	金	土 2月15日	日 2月16日
おひるごはん	 <p>2月といえば節分ですね! おには外〜福は内〜!</p>	 <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>				 <p>ご飯 豚肉とチンゲン菜の味噌煮 キャベツとひじきのツナサラダ すまし汁</p>	 <p>ご飯 カラスカレイの和風あんかけ 鶏レバーのかりん揚げ みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>
						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 376/14.5/12.5/53.2/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 416/14.5/13.3/63.7/1.2
おひるごはん	2月17日	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日	2月22日	2月23日
	 <p>グリーンピースご飯 豚肉とじゃが芋のコンソメ煮 マカロニサラダ みそ汁</p>	 <p>ご飯 助宗タラのバター醤油焼き 豆腐と野菜の玉子とし煮 みそ汁 ヨーグルト</p>	 <p>コーンクリームスパゲティ さつまいもと人参の和え物 スープ</p>	 <p>鉄分強化! ふりかけご飯 鮭のみぞれ煮 豆腐と小松菜のサラダ みそ汁 フルーツ(りんご)</p>	 <p>ご飯 鶏肉の玉子とし煮 かぶとトマトのごまサラダ みそ汁</p>	 <p>ご飯 助宗タラのカレーマヨ焼き 炒りおから みそ汁 ヨーグルト</p>	 <p>さつまいもときのこの炊き込みご飯 豆腐と肉野菜のとろみ煮 キャベツとコーン炒め みそ汁</p>
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 372/13.8/10.7/57.5/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 380/18.7/11.3/55.0/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 413/16.6/14.0/58.1/1.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 407/17.5/11.8/62.0/1.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 363/13.3/12.5/52.0/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 371/17.6/10.2/57.0/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 429/16.0/13.1/65.8/1.3
おひるごはん	2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日		
	 <p>ご飯 チキンとかぼちゃのトマト煮 大根サラダ スープ</p>	 <p>ポークカレーライス チンゲン菜の玉子サラダ フルーツ(白桃缶)</p>	 <p>ご飯 豆腐とささみの中華煮 さつまいもの甘辛炒め 中華スープ</p>	 <p>ご飯 白系タラのチーズ焼き 人参しいし みそ汁 フルーツ(いよかん)</p>	 <p>鉄分強化! ふりかけご飯 コーン入り厚焼玉子 春雨サラダ みそ汁 フルーツ(バナナ)</p>		
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 355/11.3/11.1/56.8/1.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 433/15.0/14.6/64.1/1.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 399/14.1/8.7/68.6/1.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 378/14.4/13.3/54.3/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 390/11.2/11.6/63.4/1.0		

※都合により、献立を変更する場合がございます。