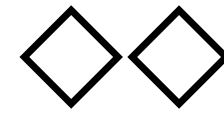


彩ダイニング献立表



	日	月	火	水	木	金	土
	2月23日	2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日	
朝食	アジ入りさんが インゲンの錦糸和え 大根葉油揚げ	ミニハンバーグ ふき土佐煮 春雨中華サラダ	香味シューマイ チンゲン菜のカニカマ和え 三色豆	コーンピースオムレツ 春菊の信田和え たぬき奴	お魚ソーセージのソテー チンゲン菜のサラダ しそひじき みそ汁	野菜丸揚げ いんげんと木耳の炒め煮 金時豆	
栄養価	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 96/4.9/4.1/9.6/0.9	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 91/4.1/3.0/13.0/1.5	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 136/6.3/3.9/19.8/0.8	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 127/7.3/6.8/10.2/1.3	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 125/4.9/5.6/15.0/2.3	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 135/5.2/3.6/21.1/1.0	
昼食	チキンロイヤル ごぼうの旨煮 野菜の甘酢和え	白身フライ かぼちゃの煮物 菜の花のお浸し	チキンカレー なす生姜風味煮 フルーツ（ネーブル）	さわら西京焼き かぼちゃの煮物 ワカメとオクラの酢の物	サワラのムニエル 里芋の煮っころがし インゲンのハム和え みそ汁	なるとそば かき揚げ フルーツ（パイナップル）	
栄養価	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 164/7.5/5.7/20.9/1.7	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 199/9.0/6.9/25.8/1.7	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 156/4.6/6.3/20.8/2.5	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 170/14.4/5.4/16.8/1.8	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/21.4/14.2/21.4/2.1	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 466/16.3/7.7/83.2/4.0	
夕食	赤魚味噌幽庵焼き おからと竹輪の炒り煮 ほうれん草の胡麻浸し	照り焼きチキン レンコン金平 キャベツサラダサウザン風	ぶり照り揚げ オクラと湯葉のお浸し スパゲティサラダ	【釜飯メニュー】 あなご釜めし 菜の花の胡麻浸し フルーツ（みかん） 	もち麦ご飯 ごぼうと牛肉入り和風コロッケ&柱フライ 玉子とブロッコリーのソテー 人参のツナサラダ みそ汁	アジおろし煮 じゃが芋のそぼろ煮 ゆずなめこ春雨	
栄養価	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 126/11.7/4.9/8.9/0.9	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 218/9.8/9.3/22.9/1.6	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 332/12.9/21.0/23.4/1.4	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 191/7.7/5.6/28.1/2.7	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 402/14.1/19.9/44.2/2.7	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 141/10.7/3.3/16.4/1.3	

※都合により、献立を変更する場合がございます。

※都合により、献立を変更する場合がございます。