



## 2024 2月 お昼弁当献立表

日	月	火	水	木	金	土
<u>ご注文は、朝10時までにお願ひ致します</u>						
				赤飯 鶏のから揚げ ポテトサラダ 野菜のカレー炒め 白菜のお浸し 644kcal	カニ玉 ごぼうと車心の煮物 温野菜サラダ コンポート(りんご) 599kcal	大豆ごはん 酢豚 ひじきの煮物 コールスロー 520kcal
4 お休み	豚のみそ焼き 筑前煮 いんげんのごま和え 小松菜のソテー 553kcal	5 身欠き鰯の煮付 青梗菜のオイスター炒め 白和え 春菊のお浸し 506kcal	6 ミートローフ スパゲティサラダ キッシュ マリネ 599kcal	7 魚の立田揚げ 炒り豆腐 きんぴら 青菜ともやしのお浸し 531kcal	8 炊き込みごはん 和風ハンバーグ きくらげと玉子の炒め物 キャバツのサラダ ごまあえ 529kcal	9 煮魚 さつま芋とリンゴのきんぴら 切干大根の煮物 中華春雨サラダ 487kcal
11 お休み	12 とりそぼろごはん 魚の照焼 白菜のクリーム煮 うずら豆煮 三色のナムル 702kcal	13 ハッシュドビーフ 煮物 大根みそ田楽 茸のお浸し 614kcal	14 魚のから揚げ れんこん炒め煮 酢の物 おろしあえ 515kcal	15 豚カレー 白菜の炒め煮 ブロッコリーのサラダ 福神漬 595kcal	16 魚の焼き物 車心の煮物 ジャーマンポテト ナムル カレー味 583kcal	17 焼き肉 茶わん蒸し ツナと大根のサラダ 620kcal
18 お休み	19 鶏の八角煮 生揚げの煮物 野菜炒め ゆかり漬 555kcal	20 魚のマヨネーズ焼 キッシュ 田楽 酢の物 549kcal	21 チキンカツ マカロニサラダ 高野豆腐の煮物 白菜と油揚げのお浸し 622kcal	22 魚の粕漬焼き 南瓜と車心の煮物 スパゲティ 焼きそば風 ごまあえ 532kcal	23 さつま芋ごはん すき焼き風煮物 ひじきの煮物 もやしのナムル 604kcal	24 魚のフライ 温野菜サラダ ほうれん草のマヨネーズ炒め 卵の花 530kcal
25 お休み	26 魚のチャンチャン焼 里芋の煮物 きくらげと玉子の炒め物 506kcal	27 しゅうまい 南瓜のサラダ たたきごぼうの煮物 イカの酢みそ和え 598kcal	28 天ぷら なすのそぼろあんかけ コンニャクのひり辛炒め 517kcal	29 ロールキャバツ 野菜炒め ブロッコリーサラダ 511kcal		

もてなしの甘酒を手に梅くぐる  
(祐乗坊美子)



食材仕入れの都合  
などにより、献立の  
変更がございます

カロリー表示は  
普通盛りを基準  
にしております

1食 700円  
大・普通・小盛り: 同一料金  
献立により、汁物もつきます