

福祉 月間献立カレンダー

株式会社オーシャン
タイハイ株式会社

2月

	月	火	水	木	金	
	2月2日	2月3日	2月4日	2月5日	2月6日	
昼食	豆腐の豚すき煮丼 つけもの 小松菜の中華和え みそ汁 白桃ゼリー	彩り牛肉ちらし寿司 いわしつみれと大豆の煮物 スナップエンドウの和え物 みそ汁 いちごゼリー(あまおう)	山菜五目めし 鰯の和風焼き 立春大吉豆腐の銀あん チンゲン菜のマヨ和え みそ汁	赤魚のねぎ醤油かけ 卵の花 大根の塩こんぶ和え みそ汁	鶏肉とキャベツのオイスター炒め 蒸シューマイ ブロッコリーとハムのドレ和え すまし汁	
価養栄	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 267/11.7/11.7/29.5/1.9	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 289/15.4/13.1/29.1/2.9	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 364/22.2/18.7/27.4/3.1	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 211/14.8/10.9/13.9/1.7	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 299/18.3/18.2/18.1/2.1	
	2月9日	2月10日	2月11日	2月12日	2月13日	
昼食	かけうどん 筍の煮物 ポテトサラダ フレーツミックス	すき焼き風コロッケ 根菜の煮もの 海藻サラダ みそ汁	ごままんま 青森名物！生姜味噌あでん オクラとベーコンのサラダ フレーツ(りんご)	あつたかさっぱりレモンにゅうめん レンコンのきんぴら チンゲン菜の山椒正油和え ヨーグルト	サーモンフライ おかからの煮物 カリフラワーとカニカマの中華和え すまし汁	
価養栄	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 494/15.8/8.9/86.8/3.4	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 304/10.1/14.6/34.3/2.7	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 315/16.3/14.3/30.8/3.5	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 500/17.7/9.2/84.4/3.5	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 315/12.2/19.2/24.8/2.2	
	2月16日	2月17日	2月18日	2月19日	2月20日	
昼食	豚玉あんかけ丼 つけもの きゅうりのサラダ みそ汁 マンゴープリン	アジの塩焼き 大根の洋風煮 チンゲン菜の彩り和え みそ汁	親子丼 つけもの もやしのごま和え みそ汁 フレーツ(みかん缶)	メンチカツ ふきのゆかり煮 ほうれん草のわさび和え 具だくさんけんちん汁	ハガツオの山椒焼き 切干大根煮 スナップのさっぱり和え みそ汁	
価養栄	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 359/13.9/22.0/27.4/2.1	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 189/17.5/9.7/10.5/2.9	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 261/16.4/14.6/17.7/2.8	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 322/10.8/19.7/26.5/2.8	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 269/15.5/14.6/19.9/2.1	
	2月23日	2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	
昼食	豆腐ハンバーグ レバーのしぐれ煮 カリフラワーのサラダ みそ汁	鶏肉とブロッコリーのかリバタ丼 つけもの 大根と枝豆の和え物 みそ汁 フレーツ(りんご缶)	第96回 カレーの日	フィッシュソーセージのニラ玉丼 つけもの きゅうりのサラダ みそ汁 フレーツミックス	エビと舞茸のブリッター 冬瓜の炒め煮 白菜の甘酢サラダ みそ汁	
価養栄	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 244/13.4/13.6/17.0/2.6	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 254/14.5/14.8/17.6/2.2	8年目の特別なカレー	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 268/13.1/13.4/25.0/3.0	kcal/タバクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 407/13.2/23.1/42.0/1.6	
昼食	給料日は カレーの日が 8年を迎えました		2月22日は オーシャン創業 19周年です		  	
価養栄	※都合により、献立を変更する場合がございます。					