

2026年 2月 献立表



日	月	火	水	木	金	土
	2日	3日	4日	5日	6日	
	ごはん みそ汁 白身魚のマヨネーズ焼き だいこんの煮物 菜の花のごま和え	みーとそーす だいず ばすた ミートソースと大豆のパスタ ほうれん草のスープ コーンスローサラダ フルーツ(もも)	ごはん わかめスープ 豚肉の酢豚風炒め さといものかに風味あんかけ たたききゅうり	ゆかりごはん みそ汁 かれのいのバター醤油焼き なすの味噌炒め 白菜のゆず浸し	ごはん みそ汁 鶏肉のから揚げ おろしソース 根菜の炒め煮 こまつなのナムル	
	I補 ^キ - 606 kcal 蛋白質 25.8 g 脂質 20.9 g 食塩 3.1 g	I補 ^キ - 649 kcal 蛋白質 25.2 g 脂質 22.8 g 食塩 2.6 g	I補 ^キ - 670 kcal 蛋白質 25.8 g 脂質 19.4 g 食塩 3.1 g	I補 ^キ - 607 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 12.5 g 食塩 3.1 g	I補 ^キ - 627 kcal 蛋白質 27.7 g 脂質 16.9 g 食塩 3.3 g	
	9日	10日	11日	12日	13日	
	鶏肉のすき焼き風井 みそ汁 きくらげと野菜の炒め物 しゅんぎくのマヨネーズ和え	ごはん もやしのスープ 豚肉のスタミナ炒め なすの揚げ浸し きゅうりともやしの梅肉和え	けんこきねんのひ 建国記念の日	ごはん みそ汁 豆腐のうま煮 れんこんと竹輪の炒め物 フルーツ(みかん)	ごはん みそ汁 さわらの幽庵焼き ブロッコリーのからし和え 杏仁シヨコラ	
	I補 ^キ - 587 kcal 蛋白質 27.5 g 脂質 18.3 g 食塩 3.3 g	I補 ^キ - 650 kcal 蛋白質 25.3 g 脂質 24.4 g 食塩 3.0 g		I補 ^キ - 649 kcal 蛋白質 24.7 g 脂質 19.8 g 食塩 3.3 g	I補 ^キ - 624 kcal 蛋白質 28.4 g 脂質 17.9 g 食塩 3.0 g	
	16日	17日	18日	19日	20日	
	ごはん みそ汁 ほきの南蛮漬け 春巻き カリフラワーのサラダ	ごはん みそ汁 鶏肉の塩だれ焼き きんぴらごぼう 大根とハムのサラダ	ごはん みそ汁 豚肉の柳川風 切り干し大根の炒り煮 白菜の磯和え	ろーるばん ロールパン コンソメスープ ハンバーグ チンゲン菜ときのこのソテー マカロニサラダ	ごはん すまし汁 さばの味噌煮 ぜんまいの煮物 春雨サラダ	
	I補 ^キ - 656 kcal 蛋白質 24.7 g 脂質 19.7 g 食塩 3.5 g	I補 ^キ - 616 kcal 蛋白質 32.7 g 脂質 16.3 g 食塩 3.0 g	I補 ^キ - 610 kcal 蛋白質 29.0 g 脂質 16.2 g 食塩 3.2 g	I補 ^キ - 583 kcal 蛋白質 23.3 g 脂質 30.2 g 食塩 4.0 g	I補 ^キ - 631 kcal 蛋白質 26.8 g 脂質 19.6 g 食塩 3.7 g	
	23日	24日	25日	26日	27日	
	てんのうたんじょうび 天皇誕生日	ごはん みそ汁 白身魚フライとコロッケ 豆腐の煮物 きゅうりのおかか和え	ごはん みそ汁 厚揚げのそぼろ煮 ひじきの煮物 なめこのおろし和え	ごはん みそ汁 豚肉の生姜焼き かぼちゃの煮物 もやしの和え物	ちきんかれー チキンカレー コンソメスープ やさいサラダ フルーツ(パイン)	
		I補 ^キ - 604 kcal 蛋白質 20.6 g 脂質 16.9 g 食塩 3.4 g	I補 ^キ - 656 kcal 蛋白質 27.1 g 脂質 25.8 g 食塩 3.2 g	I補 ^キ - 630 kcal 蛋白質 26.1 g 脂質 18.8 g 食塩 3.6 g	I補 ^キ - 649 kcal 蛋白質 24.8 g 脂質 15.4 g 食塩 4.2 g	

※入庫(にゅうこ)の都合(つごう)により、メニュー(めにゆー)を変更(へんこう)する場合がありますのでご了承ください。