

週間献立表（刻み食）

◎生活協同組合コープしが

2月2日(月)			2月3日(火)			2月4日(水)			2月5日(木)			2月6日(金)		
★全粥240g 厚焼玉子 中華うま煮 和風スパゲティ ★味噌汁	卵麦 卵乳麦か 乳麦 麦	鶏肉のすき焼煮 竹輪のごま炒め 大根の甘酢漬け ★味噌汁	麦 麦 麦 麦	★全粥240g さつまいと豚肉の揚煮 人参しりしり 一夜漬(白菜昆布) ★味噌汁	麦 麦 麦 麦	★全粥240g オムレツイタリアンソース ひじきの具だくさん煮 キャベツのピリ辛マヨネーズ ★味噌汁	麦 麦 麦 麦	★全粥240g 豆腐のあっさりカレー煮込み 食べるトマトスープ 青梗菜の中華和え ★味噌汁	麦 麦 麦 麦	★全粥240g 乳麦 乳麦 麦 麦	乳麦 乳麦 麦 麦	★全粥240g 112kcal 271kcal	271kcal	271kcal
栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかずセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	フルセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかずセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	フルセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかずセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	フルセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかずセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	フルセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	112kcal 271kcal	271kcal	271kcal
★全粥240g ハッシュドポークのルー ブロッコリーの煮物 ひじきの柚子胡椒マヨ ★味噌汁	乳麦 麦 卵麦 麦	ブリのごま醤油焼 ピーマンのおかか和え 春雨とツナのピリ辛炒め 若芽ともやしの酢の物 ★味噌汁	麦 麦 麦 麦	★全粥240g バーベキューチキン 塩枝豆 パスタのクリーム煮 野菜のおひたし ★味噌汁	麦 麦 乳麦 麦	★全粥240g いわしつみれのおでん 大豆とごぼうの味噌炒め 若芽と春雨のサラダ ★味噌汁	麦 麦 麦 麦	★全粥240g 照焼チキン 枝豆のペペロンチーノ風 五目うの花 ★味噌汁	麦 麦 麦 麦	★全粥240g 麦	★全粥240g 麦	112kcal 271kcal	271kcal	271kcal
栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかずセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	フルセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかずセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	フルセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかずセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	フルセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかずセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	フルセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	112kcal 271kcal	271kcal	271kcal
★全粥240g 厚揚げと椎茸の炊き合せ 鶏肉と大豆の生姜煮 キャベツとザーサイのナムル ★味噌汁	麦 麦 麦 麦	ロールキャベツの白味噌仕立て 人参煮 切干大根と豚肉の炒め物 ポテトマサラダ ★味噌汁	卵乳麦 麦 麦 卵乳麦 麦	★全粥240g やわらかメンチカツ 赤ピーマンと玉ねぎのソテー ¹ 白菜と厚揚げの中華そばろ煮 いんげんと鶏肉のさっぱり胡麻酢和え ★味噌汁	麦 麦 麦 麦	★全粥240g 赤魚の煮付け 法蓮草 なすの利休煮 切干と人参のハリハリ ★味噌汁	麦 麦 麦 麦	★全粥240g 豚肉とコーンのガーリックバター丼の具 麸の野菜あんかけ もやしと蒸し鶏のナムル ★味噌汁	麦 麦 麦 麦	★全粥240g 乳麦 麦 麦 麦	★全粥240g 112kcal 271kcal	271kcal	271kcal	
栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかずセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	フルセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかずセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	フルセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかずセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	フルセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	栄養価 エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかずセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	フルセット エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	112kcal 271kcal	271kcal	271kcal
★全粥240g エネルギー 蛋白質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	112kcal 271kcal	112kcal 271kcal	112kcal 271kcal	112kcal 271kcal	112kcal 271kcal	112kcal 271kcal	112kcal 271kcal	112kcal 271kcal	112kcal 271kcal	112kcal 271kcal	112kcal 271kcal	112kcal 271kcal	112kcal 271kcal	112kcal 271kcal

★はフルセットのメニューです。おかずセットには付きません。

天候や仕入れの都合により、予告無しで献立を一部変更する場合があります。

アレルゲンは特定8品目卵・乳・小麦(麦)・そば(そ)・落花生(落)・えび(え)・かに(か)・くるみ(く)です。()内は献立表での表記です。

