

2026年 2月献立表

月	火	水	木	金	土
2 ご飯 味噌汁 挽肉のパン粉焼き ほうれん草のソテー	3 大豆入りジャコご飯 味噌汁 天ぷら盛り合わせ わさび和え	4 ご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 高野豆腐の含め煮	5 ご飯 かき卵スープ サーモンのムニエル ラタトゥーユ	6 ご飯 味噌汁 ハンバーグきのこソース 和風サラダ	7 ご飯 味噌汁 豚かつ かぶとえびのくず煮
	603kcal 2.7g	517kcal 2.5g	550kcal 2.2g	484kcal 1.6g	499kcal 3.0g
9 ご飯 豚汁風 サワラの塩麹焼き 蓮根とひじきの炒り煮	10 味噌ラーメン 餃子	11 建国記念日	12 ご飯 味噌汁 豚の角煮 酢味噌和え	13 ご飯 味噌汁 アジの南蛮漬け 南瓜サラダ	14 ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ パスタサラダ
	510kcal 2.6g	518kcal 3.3g	492kcal 2.2g	596kcal 2.2g	561kcal 2.0g
16 ハヤシライス コンソメスープ レタスとかかのサラダ	17 ご飯 清汁 サバの香り味噌焼き 南瓜のそぼろ煮	18 豚玉丼 味噌汁 キャベツの和え物	19 ご飯 味噌汁 白身魚の磯辺揚げ 大根の旨煮	20 ご飯 味噌汁 鶏肉のマスター焼 き ツナじゃが	21 きつねうどん ハリハリ漬風
	481kcal 2.6g	600kcal 1.7g	486kcal 2.8g	559kcal 2.0g	541kcal 2.1g
23 天皇誕生日	24 ビビンバ丼 ワカメスープ 春雨の酢の物	25 さつま芋ご飯 清汁 鮭の西京焼き 青菜の柚香和え	26 カレーライス コンソメスープ 野菜サラダ	27 ご飯 味噌汁 油淋鶏 白菜の梅和え	28 ご飯 味噌汁 鮭の照焼き 揚げ茄子の南蛮漬け
	751kcal 2.2g	503kcal 1.6g	530kcal 3.4g	550kcal 2.2g	552kcal 2.2g

○仕入れの関係上、献立が変わることがあります。

○表中の数字は、総カロリーと総塩分を表します。

脇田整形外科 デイケアルーム