

様 献立予定表 西沢路 希望の家 2019年2月後半

2月16日 (土)	2月17日 (日)	2月18日 (月)	2月19日 (火)																		
<p>やすみ お休み</p> 	<p>やすみ お休み</p> 	<p>※サワラのおぎ味噌焼き ※刻み昆布の炒め煮 ※たまご巻き ※具だくさん汁 ※ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>脂質</td> </tr> <tr> <td>591kcal</td> <td>26.1%</td> <td>11.2%</td> </tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	591kcal	26.1%	11.2%	<p>※ポークビーンズ ※野菜いため ※カリフラワーのカレーピクルス ※コンソメスープ ※ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>脂質</td> </tr> <tr> <td>605kcal</td> <td>24.7%</td> <td>9.6%</td> </tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	605kcal	24.7%	9.6%						
エネルギー	たんぱく質	脂質																			
591kcal	26.1%	11.2%																			
エネルギー	たんぱく質	脂質																			
605kcal	24.7%	9.6%																			
2月20日 (水)	2月21日 (木)	2月22日 (金)	2月23日 (土)																		
<p>※アジフライ ※五目白和え ※みそ汁 ※ごはん ※フルーツ</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>脂質</td> </tr> <tr> <td>635kcal</td> <td>20.9%</td> <td>16.2%</td> </tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	635kcal	20.9%	16.2%	<p>※八宝菜 ※蒸しシュウマイ ※もやしの香りしるし ※中華スープ ※ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>脂質</td> </tr> <tr> <td>635kcal</td> <td>25.6%</td> <td>16.1%</td> </tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	635kcal	25.6%	16.1%	<p>おたのしみ メニュー</p> 	<p>やすみ お休み</p> 						
エネルギー	たんぱく質	脂質																			
635kcal	20.9%	16.2%																			
エネルギー	たんぱく質	脂質																			
635kcal	25.6%	16.1%																			
2月24日 (日)	2月25日 (月)	2月26日 (火)	2月27日 (水)																		
<p>やすみ お休み</p> 	<p>※鶏なんぼんそば ※菜花のゴマ和え ※ふりかけごはん ※フルーツ</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>脂質</td> </tr> <tr> <td>583kcal</td> <td>27.1%</td> <td>5.2%</td> </tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	583kcal	27.1%	5.2%	<p>※根菜とひき肉のしぐれ煮 ※キャベツの酢のもの ※たまご豆腐 ※おすまし ※ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>脂質</td> </tr> <tr> <td>655kcal</td> <td>25.3%</td> <td>18.2%</td> </tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	655kcal	25.3%	18.2%	<p>※チキンカレー ※大根と山芋のサラダ ※ジョア</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>脂質</td> </tr> <tr> <td>637kcal</td> <td>21.1%</td> <td>10.8%</td> </tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	637kcal	21.1%	10.8%
エネルギー	たんぱく質	脂質																			
583kcal	27.1%	5.2%																			
エネルギー	たんぱく質	脂質																			
655kcal	25.3%	18.2%																			
エネルギー	たんぱく質	脂質																			
637kcal	21.1%	10.8%																			
2月28日 (木)																					
<p>※白身魚のみそチーズ焼き ※しらたきの炒めもの ※中華スープ ※ごはん ※くだもの</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>脂質</td> </tr> <tr> <td>582kcal</td> <td>25.5%</td> <td>14.0%</td> </tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	582kcal	25.5%	14.0%															
エネルギー	たんぱく質	脂質																			
582kcal	25.5%	14.0%																			