

予定献立一覧表

ファミリーイン堀之内
令和8年2月1日～令和8年2月8日

【一般食】



	2月1日(日)		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)		2月7日(土)		2月8日(日)	
朝	お粥 鶏シジヨウの煮物 お浸し・ホーレン草モヤシ ジョア マスカット		お粥 厚焼卵 胡瓜漬 ジョアブルーベリー		お粥 半片のふわふわ煮 お浸し(オクラ・エノキ) ジョア マスカット		お粥 がんもの含煮 磯和えホーレン草白菜 ジョア いちご		お粥 キャベツそぼろ炒煮 くるみ和え(春菊) ジョア マスカット		鮭ぞうすい 仙台麩の煮物 辛し和え(オクラ・ツナ) ジョアブルーベリー		卵ぞうすい おおか煮竹輪と落 ピーナツ和え(インゲン) ジョアブルーベリー		お粥 炒り鶏 春菊のえのき浸し ジョア マスカット	
昼	ゆかりご飯 味噌汁(白菜・サヤ) 鶏肉の唐揚げ 南瓜の小倉煮 酢の物(ツナ・胡瓜) 果物(いちご) ***** ケーキ 紅茶・オリゴ糖入		ご飯 味噌汁(茄子・シメジ) 豆腐のかにあん 筑前煮 辛し和え(菜の花) 果物(オレンジ) ***** 大きな今川焼 紅茶・オリゴ糖入		・ 太巻き寿司 清汁(きのこ) 鬼のハンバーグ 白菜の柚香漬 果物(黄桃ダイス) ***** ジュース アップル 紅茶・オリゴ糖入		ご飯 清汁(半片・ワカメ) 魚の味噌マヨネーズ焼 牛蒡のしぐれ煮 卸和え(なめ茸) 果物(みかん缶) ***** キャラメルプリン 紅茶・オリゴ糖入		ご飯 味噌汁(麩・シメジ) 鶏肉のソース煮込み 南瓜のツナソース 芽かぶとろろ 果物(黄桃ダイス) ***** カスタードケーキ 紅茶・オリゴ糖入		ご飯 味噌汁(エノキ青梗菜) 鶏肉のもも焼き もずく酢 沢庵 果物(バナナ) ***** もみじまんじゅう 紅茶・オリゴ糖入		ご飯 味噌汁(かぶ) 蒸魚の野菜あん掛 細切大根の炒め煮 桜ポテト 果物(白桃ダイス) ***** クリームコンフェ 紅茶・オリゴ糖入		・ つくね丼 清汁(半片・ワカメ) 湯豆腐 大根の松前漬 果物(みかん缶) ***** ワインゼリー 紅茶・オリゴ糖入	
夕	ご飯 味噌汁(キャベツ油揚) おでん ピーマンのおかか炒め くるみ和え		ご飯 味噌汁(麩・ホウレンソウ) 松風焼き 刻み昆布の煮付 わさび和え(白菜)		菜めし 味噌汁(油揚・モヤシ) サバの文化干し 鶏レバーの煮込み 辛し和え(アスパラ) ・ ・ 節分		・ トロ～と卵のオムライス 田舎風スープ フレッシュサラダ 果物(白桃ダイス) 		ご飯 清汁(やわら蒲鉾) 擬製豆腐、焼き ふろふき大根 なめ茸の五目和え		・ ソースカツ丼 わかめスープ ポテトマッシュ 果物(パイン缶)		ご飯 味噌汁(ワカメ・大根) ピーマンの肉詰 ブロッコリーのかにあん 辛し正油(モヤシ油揚) 		ご飯 味噌汁(エノキ・油揚) マヨたまカツ きんぴら ナムル	
1日合計	kcal 1421	kcal 1421	kcal 1344	kcal 1344	kcal 1411	kcal 1411	kcal 1330	kcal 1330	kcal 1348	kcal 1348	kcal 1372	kcal 1372	kcal 1352	kcal 1352	kcal 1418	kcal 1418
	水分 557.2	水分 557.2	水分 664.2	水分 664.2	水分 608.8	水分 608.8	水分 681.4	水分 681.4	水分 626.3	水分 626.3	水分 507	水分 507	水分 717.7	水分 717.7	水分 666.2	水分 666.2
	蛋白質 53.7	蛋白質 53.7	蛋白質 60	蛋白質 60	蛋白質 54.6	蛋白質 54.6	蛋白質 55.6	蛋白質 55.6	蛋白質 55.5	蛋白質 55.5	蛋白質 50.7	蛋白質 50.7	蛋白質 61.4	蛋白質 61.4	蛋白質 50.6	蛋白質 50.6
	脂質 49	脂質 49	脂質 24.9	脂質 24.9	脂質 39	脂質 39	脂質 32.7	脂質 32.7	脂質 35.6	脂質 35.6	脂質 32.3	脂質 32.3	脂質 29.8	脂質 29.8	脂質 41.3	脂質 41.3
	食塩相当量 8.7	食塩相当量 8.7	食塩相当量 8.6	食塩相当量 8.6	食塩相当量 7.9	食塩相当量 7.9	食塩相当量 7.4	食塩相当量 7.4	食塩相当量 7.2	食塩相当量 7.2	食塩相当量 7.8	食塩相当量 7.8	食塩相当量 8.6	食塩相当量 8.6	食塩相当量 7.8	食塩相当量 7.8
備考																

予定献立一覧表

ファミリーイン堀之内
令和8年2月8日～令和8年2月15日

【一般食】

	2月8日(日)	2月9日(月)	2月10日(火)	2月11日(水)	2月12日(木)	2月13日(金)	2月14日(土)	2月15日(日)
朝	お粥 炒り鶏 春菊のえのき浸し ジョア マスカット	鶏ぞうすい いわしの梅煮 おくらの胡麻和え ジョアブルーベリー	かにぞうすい 魚肉ソーセージ炒め わさび漬和え ジョア	お粥 ちくわの甘辛煮 ゆかり和え ジョアブルーベリー	鮭ぞうすい 五目厚焼卵 お浸し・ホーレン草モヤシ ジョア	お粥 生揚げの含煮 長芋のゆかり正油 ジョア いちご	お粥 かぶの炒め煮 胡瓜の塩昆布和え ジョアブルーベリー	帆立ぞうすい 田舎煮(大根) 深川浸し ジョア マスカット
昼	つくね丼 清汁(半片・ワカメ) 湯豆腐 大根の松前漬 果物(みかん缶) ***** ワインゼリー 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 味噌汁(麩・白菜) 鮭の醤油焼き 春雨の炒り煮 生姜酢和え 果物(バナナ) ***** たい焼き 紅茶・オリゴ糖入	味噌ラーメン 焼き餃子 中華和え 果物(黄桃ダイス) ***** 大きな今川焼 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 味噌汁(ワカメ・モヤシ) 煮込みハンバーグ インゲンの炒り煮 コーンサラダ 果物(みかん缶) ***** ミルクまんじゅう 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 味噌汁(茄子・シメジ) 魚の粕漬焼き さつま芋の昆布煮 スパゲティサラダ 果物(白桃ダイス) ***** えびせん 紅茶・オリゴ糖入	彩り野菜のキーマカレー フレンチサラダ(キャベツ) 果物(みかん缶) ***** もみじまんじゅう 紅茶・オリゴ糖入	バレンタインデー クロワッサン ミネストローネ 南瓜のグラタン ブロッコリーのサラダ 果物(キウイ) ***** ババロア 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 なめこ汁 かに玉 ビーフン炒め 楽京サラダ 果物(黄桃ダイス) ***** ミルクまんじゅう 紅茶・オリゴ糖入
夕	ご飯 味噌汁(エノキ・油揚げ) マヨたまカツ きんぴら ナムル	ご飯 味噌汁(玉葱・ワカメ) 鶏肉のカレー焼き 刻み昆布の煮付 モヤシのごま味噌和	ご飯 のっぺい汁 鶏肉の味噌風味焼 かぶの吉野煮 沢庵	ご飯 清汁(半片・小葱) 魚の田楽 煮っころがし ゴマ酢和え(大根) ***** ・建国記念日	ご飯 中華スープ・白菜 麻婆豆腐 春雨サラダ 果物(パイン缶) 	ご飯 味噌汁(麩・ホウレンソウ) 豚肉の柳川風 きのこの当座煮 練ごま和え(白菜)	ご飯 味噌汁(エノキ青梗菜) 鶏肉の梅焼き 含め煮(大根竹輪) 野沢菜漬	ご飯 味噌汁(白菜・サヤ) 非常時訓練食 しその実漬 
1日合計	kcal 1418 水分 666.2 g 蛋白質 50.6 g 脂質 41.3 g 食塩相当量 7.8 g	kcal 1312 水分 479.2 g 蛋白質 67.3 g 脂質 23.6 g 食塩相当量 8 g	kcal 1341 水分 860.2 g 蛋白質 56.6 g 脂質 23.7 g 食塩相当量 9.6 g	kcal 1321 水分 470 g 蛋白質 51.8 g 脂質 27.8 g 食塩相当量 7.6 g	kcal 1353 水分 516.1 g 蛋白質 53.6 g 脂質 26.5 g 食塩相当量 7.7 g	kcal 1395 水分 608.8 g 蛋白質 50.5 g 脂質 37.8 g 食塩相当量 6.8 g	kcal 1323 水分 650.8 g 蛋白質 57.9 g 脂質 43 g 食塩相当量 8.2 g	kcal 1344 水分 448.9 g 蛋白質 51.1 g 脂質 23.6 g 食塩相当量 8.5 g
備考								

予定献立一覧表

ファミリーイン堀之内
令和8年2月22日 ~ 令和8年3月1日

【一般食】

	2月22日(日)		2月23日(月)		2月24日(火)		2月25日(水)		2月26日(木)		2月27日(金)		2月28日(土)		3月1日(日)																									
朝	お粥 仙台麩の煮物 磯和えホウレン草人参 ジョアブルーベリー		お粥 竹輪の甘辛煮 おくらの胡麻和え ジョア マスカット		お粥 生湯の含煮 春菊のえのき浸し ジョア マスカット		お粥 キャベツそぼろ炒煮 お浸し(菜の花) ジョア いちご		鮭ぞうすい 田舎煮(蓮根) しば漬 ジョアブルーベリー		お粥 鶏シジヨウの煮物 フレンチサラダ(人参) ジョアブルーベリー		お粥 鯿の甘露煮 磯和えホウレン草人参 ジョアブルーベリー		卵ぞうすい ちくわの甘辛煮 隠元ごま味噌和え ジョア いちご																									
昼	ご飯 清汁(半片・ワカメ) 魚の味噌粕焼き 大根の信田煮 アスパラの辛しマヨネーズ 果物(黄桃ダイス) ***** せんべい 紅茶・オリゴ糖入		ご飯 黒糖ロール 田舎風スープ ロールキャベツ ブロッコリーのサラダ 果物(みかん缶) ***** 赤しそゼリー 紅茶・オリゴ糖入		ご飯 なめこ汁 えびカツ 煮っころがし くるみ和え 果物(白桃ダイス) ***** 大きな今川焼 紅茶・オリゴ糖入		ご飯 味噌汁(里芋・小葱) 豆腐のかにあん ぜんまいの煮付 甘酢正油和え 果物(みかん缶) ***** クリームコンフェ 紅茶・オリゴ糖入		ご飯 味噌汁(かぶ) 鶏肉のもも焼き 含め煮 マカロニサラダ 果物(バナナ) ***** 杏仁豆腐 紅茶・オリゴ糖入		ご飯 カレーうどん 磯辺焼き 白菜の柚香漬 果物(白桃ダイス) ***** カステラ 紅茶・オリゴ糖入		ご飯 味噌汁(玉葱・サヤ) 豚肉のオイスターソース煮 きんぴら 大根の昆布茶漬 果物(黄桃ダイス) ***** ピーナツパン 紅茶・オリゴ糖入		ご飯 味噌汁(油揚・大根) 鶏肉のソース煮込み 南瓜の含煮 エノキとオクラの梅おか か和え 果物(みかん缶) ***** バウムクーヘン 紅茶・オリゴ糖入																									
夕	ご飯 味噌汁(青梗菜) チキン南蛮 青梗菜搾菜の炒物 長芋のなめ茸和え		ご飯 味噌汁(ワカメ・舞茸) 鶏肉の唐揚げ ツナ大根 桜漬		ご飯 キムタクご飯 味噌汁(かぶ) 炒り豆腐 果物(パイン缶)		ご飯 清汁(麩・貝割) 魚の塩焼き 蓮根の炒り煮 小チクワの味噌マヨネーズ		ご飯 味噌汁(エノキ青梗菜) 肉豆腐 辛し正油(モヤシ)油揚 くるみ和え(春菊)		ご飯 味噌汁(里芋・ワカメ) 鶏つくねの照り煮 白滝のたらこ煮 梅和え(胡瓜・モヤシ)		ご飯 清汁(豆腐・貝割) 魚の葱味噌焼き 人参の卵炒め 沢庵		ご飯 味噌汁(ワカメ・モヤシ) マヨたまカツ かぶの吉野煮 焼き豚サラダ																									
1日合計	kcal 1329	kcal 1348	kcal 1331	kcal 1300	kcal 1308	kcal 1303	kcal 1339	kcal 1356	水分 513.6 g	水分 722.4 g	水分 564.5 g	水分 670 g	水分 658.5 g	水分 674 g	水分 457.6 g	水分 571.2 g	蛋白質 52.2 g	蛋白質 57.2 g	蛋白質 51.9 g	蛋白質 54 g	蛋白質 57.9 g	蛋白質 48.4 g	蛋白質 55.8 g	蛋白質 51.6 g	脂質 33.9 g	脂質 43.6 g	脂質 22.1 g	脂質 31.2 g	脂質 27.9 g	脂質 27.1 g	脂質 32.7 g	脂質 26.9 g	食塩相当量 7.9 g	食塩相当量 8.6 g	食塩相当量 7.8 g	食塩相当量 7.9 g	食塩相当量 8.1 g	食塩相当量 8 g	食塩相当量 6.9 g	食塩相当量 7.6 g
備考																																								