

予定献立一覧表

ファミリーイン堀之内  
令和8年3月1日～令和8年3月8日

【一般食】

	3月1日(日)	3月2日(月)	3月3日(火)	3月4日(水)	3月5日(木)	3月6日(金)	3月7日(土)	3月8日(日)
朝	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	お粥 オカニチクワトフキ なめ茸和え ジョア	鮭ぞうすい 田舎煮(大根) モヤシのごま味噌和 ジョアブルーベリー 	お粥 仙台麩の煮物 お浸し(オクラ・エノキ) ジョア マスカット	お粥 いわしの梅煮 わさび漬和・青梗 ジョア いちご	お粥 半片のふわふわ煮 おぐらの胡麻和え ジョア マスカット 	お粥 かぶの炒め煮 お浸し(ホウレン草) ジョアブルーベリー	お粥 がんもの含煮 なめ茸和え ジョア
昼	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	ご飯 味噌汁(茄子・シメジ) サバの文化干し ひじきの炒り煮 酢味噌和え 果物(みかん缶) ***** カスタードケーキ 紅茶・オリゴ糖入	・ ちらし寿司  潮汁 うどの煮付け 辛し和えキャベツワカメ 果物(キウイ) ***** 紅白まんじゅう 紅茶・オリゴ糖入 	ご飯 味噌汁(麩・青菜) スパイシーチキン 細切大根の炒め煮 白菜のサラダ 果物(パイン缶) ***** メープルケーキ 紅茶・オリゴ糖入	ご飯 なめこ汁 メンチカツ 刻み昆布の煮付 コーンサラダ 果物(白桃ダイス) ***** 白あんパン 紅茶・オリゴ糖入	・ スパゲティナポリタン 煮込みハンバーグ 焼き玉葱のサラダ 果物(みかん缶) ***** もみじまんじゅう 紅茶・オリゴ糖入	五目ご飯 清汁(半片・カイワレ) 魚の西京焼き 南瓜の小倉煮 胡瓜の塩昆布和え 果物(黄桃ダイス) ***** たい焼き 紅茶・オリゴ糖入	海鮮ちらし 清汁(やわら蒲鉾) 茶碗蒸し  茗荷酢和え 果物(いちご) ***** ケーキ 紅茶・オリゴ糖入 
夕	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	・ スタ丼 味噌汁(里芋・小葱) インゲンの炒り煮 梅和え(キャベツ)	ご飯 味噌汁(豆腐・長葱) ピーマンの肉詰 筍のおかか煮 春雨サラダ ・ ・ 雛祭り 	ご飯 清汁(半片・小葱) 魚の味噌マヨネーズ焼 卵豆腐 三色ごま和え	ご飯 中華スープ・白菜 青炒肉糸 青梗菜搾菜の炒物 ブロッコリーのサラダ	麦ご飯 清汁(豆腐・ワカメ) ほっけの一夜干し 大根の信田煮 とろろ 	ご飯 味噌汁(麩・白菜) 豚肉 和風味 ピーマンきんぴら 沢庵	ご飯 味噌汁(里芋・玉葱) 魚のみりん醤油焼 きのこの当座煮 アスパラの辛しマヨネ ス
1日合計	kcal 1356 水分 571.2 蛋白質 51.6 脂質 26.9 食塩相 7.6	kcal 1346 水分 464.8 蛋白質 56.7 脂質 38.2 食塩相 9.1	kcal 1261 水分 547.7 蛋白質 55.7 脂質 23.5 食塩相 8.9	kcal 1334 水分 608 蛋白質 57.8 脂質 33.3 食塩相 7	kcal 1373 水分 481.5 蛋白質 56.5 脂質 34.5 食塩相 8.1	kcal 1352 水分 497.9 蛋白質 55.7 脂質 25.8 食塩相 7.7	kcal 1332 水分 538.6 蛋白質 62.9 脂質 21 食塩相 7.4	kcal 1347 水分 577.8 蛋白質 62.7 脂質 40.8 食塩相 7.9
備考								

おたんじょう会

祝