

2024年 2月 メニュー <食事サービス>

(企) W. Co花もめん 藤沢市本鵜沼 3-12-29 本鵜沼ウイラハイツ102 TEL 0466-36-8700

				1日(木) 557kcal	2日(金) 586kcal	3日(土) 583kcal
				お赤飯 白身魚の南蛮漬け おでん風煮 マカロニサラダ チンゲン菜の辛子和え わかめスープ	ご飯 豚肉のケチャップソース ほっけの塩焼き いら鶏 ポテトサラダ もやしのカレー甘酢和え 味噌汁 (にら、卵)	ご飯 たららの酢豚風 切り干し大根の煮物 温野菜サラダ 昆布煮 味噌汁 (キャベツ、しめじ)
5日(月) 618kcal	6日(火) 655kcal	7日(水) 575kcal	8日(木) 553kcal	9日(金) 578kcal	10日(土) 620kcal	
ご飯 タンドリーチキン かじきのバターしょうゆ焼き 根菜煮 ビーフンサラダ 青菜の磯辺和え 粕汁 (かぶ、かぶの葉)	ひじきご飯 さばのみそ焼き 厚揚げの野菜あんかけ 春雨のマヨサラダ 卵焼き とうろこんぶ汁	ご飯 チンジャオロース ツナじゃが芋煮 人参サラダ フロccoliのお浸し 味噌汁 (大根、油揚げ)	ご飯 いかフライ ささみ・大葉フライ 車ふの煮物 コールスローサラダ 三色ピーマン炒め 味噌汁 (じゃが芋、玉ねぎ)	ご飯 鶏肉のマーマレード煮 ごぼうのしくれ煮 レタスときのこの和風サラダ 白菜の甘酢漬け 中華風コーンスープ	ご飯 まぐろの竜田揚げ ふろふき大根 さつま芋マッシュ 人参ともやしのごま和え すまし汁 (はんぺん、三つ葉)	
12日(月) 608kcal	13日(火) 617kcal	14日(水) 583kcal	15日(木) 571kcal	16日(金) 597kcal	17日(土) 597kcal	
ご飯 八宝菜 切り昆布の煮物 ナポリタン 煮豆 味噌汁 (豆腐、なめこ)	ご飯 ミートローフ 大豆五目煮 グリーンマッシュ ビーマンとエリンギの炒め物 かき玉汁	高菜ご飯 甘塩さけ かぼちゃとさつま揚げの煮物 チャブチエ 青菜のなめたけ和え 味噌汁 (わかめ、白菜)	ご飯 ホイコーロー 黒むつの煮付け 里芋のそぼろあんかけ 大根サラダ ひじきの白和え きのことスープ	ご飯 赤魚の粕漬焼き 豚肉のマスタード焼き 高野豆腐の煮物 ポテトサラダ しらたきの土佐煮 味噌汁 (しいたけ、ふ)	ご飯 鶏肉のねぎソース 越前煮 もやし中華風サラダ 春菊とベーコンの炒め物 味噌汁 (かぼちゃ、ねぎ)	
19日(月) 599kcal	20日(火) 604kcal	21日(水) 592kcal	22日(木) 571kcal	23日(金) 662kcal	24日(土) 562kcal	
ご飯 まぐろのねぎみそ焼き きんぴらごぼう マカロニサラダ ミックスビーンズの洋風和え 韓国風スープ	*お楽しみ弁当* ビビンバ風炊き込みご飯 ミルフィーユカツ えびフライ なすの揚げ煮 もち麦サラダ 青菜の白和え お楽しみ一品	ご飯 鶏肉の焼き鳥風 青ひらすの西京焼き さつま芋のきんぴら フロccoliとカリフラワー 大根なます クリームコーンスープ	ご飯 かれの揚げ煮 焼き豆腐の肉みそあんかけ きゅうりとはんぺんのわかびマヨ チンゲン菜のオイスター炒め 薬膳スープ	ご飯 鶏肉のハーブパン粉焼き 肉じゃが煮 スバゲティサラダ ラーバーツアイ 味噌汁 (なす、なめこ)	ご飯 白身魚のチリソース かぶと油揚げの煮物 コールスローサラダ 青菜とパプリカのソテー かき玉汁	
26日(月) 638kcal	27日(火) 607kcal	28日(水) 561kcal	29日(木) 559kcal			
ご飯 豚肉の梅がらみ 甘塩さけ おでん風煮 かぼちゃマッシュ 野菜南蛮 味噌汁 (えのき、しめじ)	ご飯 ぶりの辛味漬け焼き ジャーマンポテト ビーフンサラダ にらともやしのナムル 味噌汁 (厚揚げ、かいわれ)	ご飯 鶏肉のマヨネーズ焼き 高野豆腐の野菜あんかけ ナポリタン きゅうりとかにかまの酢の物 春雨スープ	ご飯 白身魚のフライ 大豆入りひじきの煮物 三色ピーマン炒め 白菜のおかか和え すまし汁 (長芋、万能)			

* 献立はその日の材料により多少変更になることがありますので、予めご了承ください。