献 立 表

２月 ５日 月	鯖 田楽風 ひじきサラダ カレーコロッケ 熱量363kcal　蛋白質15.9g　塩分相当量2.3g
２月 ６日 火	麻婆茄子 金平牛蒡 チキンカツ 熱量289kcal　蛋白質10.3g　塩分相当量1.3g
２月 ７日 水	豚肉生姜焼き 蓮根旨煮 菜の花炒め物 熱量247kcal　蛋白質11.8g　塩分相当量1.1g
２月 ８日 木	鶏唐梅風味 ポテトサラダ ビーフンソテー 熱量306kcal　蛋白質15.7g　塩分相当量1.9g
２月 ９日 金	メンチカツ 糸切昆布煮 小松菜ﾋﾟｰﾅｯﾂ和え 熱量344kcal　蛋白質15.0g　塩分相当量2.4g
２月 10日 土	ロールキャベツ 大根煮付 イカフライ 熱量269kcal　蛋白質11.9g　塩分相当量1.9g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

株式会社　マルイチ

献 立 表

２月 12日 月	ソース豚カツ 金平蓮根 ツナと若布のわさびマヨ和え 熱量314kcal　蛋白質12.8g　塩分相当量2.4g
２月 13日 火	鯖 塩焼き 白菜柚子風味 ペペロンチーノ 熱量286kcal　蛋白質13.1g　塩分相当量1.3g
２月 14日 水	ハートハンバーグ＆鶏唐 竹の子煮付 チンゲン菜チャンプルー 熱量333kcal　蛋白質16.2g　塩分相当量1.3g
２月 15日 木	鶏つくねと野菜の炊き合わせ ひじき煮付 カリフラワーサラダ 熱量265kcal　蛋白質8.8g　塩分相当量2.4g
２月 16日 金	鶏天＆かき揚げ 中華もやし 大根と角揚げ味噌煮 熱量273kcal　蛋白質9.8g　塩分相当量1.6g
２月 17日 土	蟹 玉～チリソース～ メンマ煮付 小松菜胡麻和え 熱量269kcal　蛋白質6.4g　塩分相当量1.8g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

株式会社　マルイチ

献 立 表

２月 19日 月	磯辺フライ 高野豆腐煮付 チンゲン菜お浸し 熱量307kcal　蛋白質13.1g　塩分相当量2.1g
２月 20日 火	油 淋 鶏 大根サラダ 和風スパゲティ 熱量374kcal　蛋白質16.0g　塩分相当量1.2g
２月 21日 水	鯖 南部焼き オクラ和え物 マカロニサラダ 熱量336kcal　蛋白質13.7g　塩分相当量1.6g
２月 22日 木	牛肉コロッケ 麻婆春雨 竹の子おかか煮 熱量283kcal　蛋白質8.8g　塩分相当量1.5g
２月 23日 金	ソース焼きそば 金平牛蒡 わけぎ酢味噌 熱量256kcal　蛋白質8.5g　塩分相当量2.3g
２月 24日 土	肉団子～甘酢あんかけ～ 蕗 煮付 ブロッコリーサラダ 熱量288kcal　蛋白質12.3g　塩分相当量1.4g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

株式会社　マルイチ

献 立 表

２月 26日 月	チキンカツ～青じそおろし～ 山菜煮付 カリフラワーサラダ 熱量280kcal　蛋白質12.3g　塩分相当量2.4g
２月 27日 火	ハンバーグ～バーベキューソース～ 白菜煮付 切干大根煮付 熱量322kcal　蛋白質17.4g　塩分相当量2.0g
２月 28日 水	イカ天婦羅～ソースマヨ～ 金平牛蒡 キャベツサラダ 熱量303kcal　蛋白質11.2g　塩分相当量2.4g
２月 29日 木	茄子味噌炒め 小松菜お浸し ツナ和風スパゲティ 熱量272kcal　蛋白質8.1g　塩分相当量1.4g
３月 1日 金	焼きうどん 餃 子 菜の花辛子和え 熱量268kcal　蛋白質11.6g　塩分相当量1.6g
３月 2日 土	麻婆豆腐 若布中華和え いんげんフレーク煮 熱量266kcal　蛋白質10.0g　塩分相当量2.1g

食材の都合によりメニューの変更がある場合もございます

株式会社　マルイチ