

ミライプロジェクト新瑞橋

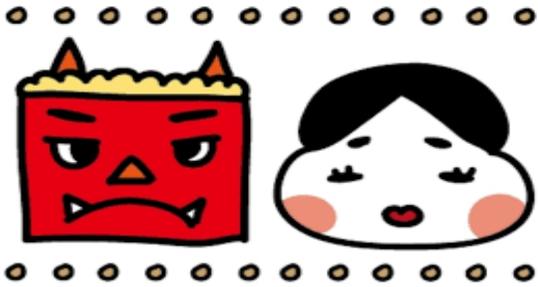
令和7年2月

献立表（前半）

月	火	水	木	金	土
					1
					ご飯 アジの南蛮漬け 小松菜のお浸し 味噌汁 491kcal あんかけうどん(温)
3	4	5	6	7	8
ご飯 タラの塩麹焼き ほうれん草のお浸し 味噌汁 400kcal	ご飯 豚角煮 黒酢春雨サラダ 味噌汁 569kcal	雑穀米ご飯 プリの甘酢あんかけ 揚げ茄子の煮浸し 味噌汁 518kcal	ご飯 牛焼肉 菜の花の辛し和え 味噌汁 450kcal	ご飯 サバの照り焼き 鶏肉のすき煮 味噌汁 489kcal	ご飯 カレイの西京焼き 白菜の煮浸し 味噌汁 400kcal
鶏唐おろしポン酢丼	ナポリタンスパゲッティ	きのご蕎麦(温)	中華丼	ソースチキンカツ丼	豚生姜焼き丼
10	11	12	13	14	15
雑穀米ご飯 カニクリームコロッケ 野菜コンソメ オニオンコンソメスープ 523kcal	ご飯 サバ塩焼き 大豆と昆布のうま煮 味噌汁 502kcal	ご飯 サワラの野菜いり煮付 ひじき煮 味噌汁 400kcal	五目ご飯 カレイの煮付 がんもの含め煮 味噌汁 437kcal	ご飯 バジルチキンオープン焼き マカロニサラダ 味噌汁 500kcal	ご飯 カツの卵とじ煮 キャベツの酢の物 味噌汁 532kcal
ためき蕎麦(温)	甘辛チキン丼	カレーチャーハン	鶏蕎麦(温)	焼きそば	和風スパゲッティ

## ミライプロジェクト新瑞橋 令和7年2月 献立表(後半)

月	火	水	木	金	土
17	18	19	20	21	22
ご飯 あじフライ ブロッコリーのお浸し 味噌汁 440kcal	ちらし寿司 サンマのみぞれ煮 かぼちゃの含め煮 味噌汁 465kcal	ご飯 豚生姜焼き ごぼうサラダ 味噌汁 566kcal	ご飯 白身魚の野菜あんかけ ひじき煮 味噌汁 400kcal	ご飯 ミートローフ お楽しみ惣菜 味噌汁 550kcal	雑穀米ご飯 ビーマンの肉詰め 厚揚げの彩炒め 味噌汁 458kcal
麻婆豆腐丼	焼うどん	ミートソーススパゲッティ	味噌ササミカツ丼	揚げ玉豆腐丼	きつねうどん(温)
24	25	26	27	28	
ご飯 牛焼肉 白和え 味噌汁 431kcal	ご飯 八宝菜 黒酢春雨サラダ 味噌汁 444kcal	五目御飯 赤魚の西京焼き 海老団子と大根煮物 味噌汁 420kcal	ご飯 カレイの西京焼き 炒り豆腐 味噌汁 402kcal	雑穀米ご飯 黒ムツ煮付け 五目きんぴら 味噌汁 481kcal	
カレーライス	きのご蕎麦(温)	かき揚げうどん(温)	担々麺風混ぜうどん	あんかけ蕎麦(温)	



\* 選択メニューには副菜等も含まれます。  
 \* メニューは変更となる場合があります。