

月	火	水	木	金	土
					
2	3	4	5	6	7
ご飯 すだちおろしハンバーグ ブロッコリーのお浸し 味噌汁 573kcal	ご飯 ミニチキン南蛮 切干大根の煮付け 味噌汁 527kcal	ご飯 サワラの揚げ煮 彩り白菜漬け 味噌汁 470kcal	ご飯 赤魚の西京焼き 揚げ茄子の煮浸し 味噌汁 443kcal	五目ご飯 信田煮 ワカメと水くわいの酢の物 味噌汁 441kcal	ご飯 豚肉のトマトソース添え 緑野菜のべペロンチーノ 味噌汁 450kcal
ためきそば(温)	和風スパゲティ	味噌ささみカツ丼	麻婆豆腐丼	きつねうどん(温)	焼きうどん
9	10	11	12	13	14
ご飯 タラの塩麴焼き ほうれん草の白和え 味噌汁 400kcal	ご飯 カレイの西京焼き 筍とツナの煮物 味噌汁 400kcal	ご飯 お魚色々 鶏肉と根菜の黒酢あんかけ 味噌汁 533kcal	ご飯 トマトオムレツ & 唐揚げ ごぼうサラダ オニオンコンソメスープ 570kcal	ご飯 牛焼肉 アサリとキャベツの生姜和え 味噌汁 420kcal	ご飯 サバの味噌煮 青菜の煮浸し お吸い物 498kcal
豚の生姜焼き丼	豚角煮チャーハン	カレーライス	きのこあんかけうどん(温)	親子丼	ミートスパゲティ

# ミライブプロジェクト新瑞橋 令和8年2月 献立表(後半)

月	火	水	木	金	土
16	17	18	19	20	21
ご飯 白身魚の野菜あんかけ ひじき煮 味噌汁 400kcal	ご飯 ネギ塩豚ロース焼き 高野豆腐の玉子とし 味噌汁 492kcal	ご飯 麻婆茄子 黒酢入り春雨サラダ 中華スープ 490kcal	ご飯 サバの照り焼き アサリとキャベツの生姜和え 味噌汁 448kcal	ご飯 鶏のからあげ チャブチエ 中華スープ 453kcal	ご飯 ささみフライ 南瓜のクリーミー仕立て 味噌汁 557kcal
カレーうどん(温)	焼きそば	ナポリタンスパゲティ	揚げ玉豆腐丼	天津丼	きつねそば(温)
23	24	25	26	27	28
ご飯 豚の角煮 白菜のお浸し 中華スープ 533kcal	ご飯 お魚色々 鶏肉と根菜の黒酢あんかけ 味噌汁 400kcal	ご飯 豚ロースの生姜焼き ほうれん草のお浸し お吸い物 431kcal	ご飯 グリルチキン 南瓜サラダ 味噌汁 440kcal	ご飯 サワラ野菜入り煮付け 焼きナス 味噌汁 400kcal	ご飯 イワシの梅煮 冬瓜のそぼろあんかけ 味噌汁 407kcal
麻婆豆腐丼	きのこそば(温)	天津丼	焼きうどん	鶏そば(温)	焼きそば

＊選択メニューには副菜等も含まれます。

＊選択メニューにご飯・汁物が付いていない場合、ご希望の方は付けることができます。

＊メニューは変更となる場合があります。

