

❄️ ❄️ ❄️ ❄️ ❄️ **しまた川苑通所献立表【常食】（令和8年 2月後半）** ❄️ ❄️ ❄️ ❄️ ❄️

16 (月)	<b>牛肉の しぐれ煮</b>	彩り蒸し キャベツの塩昆布和え 白菜の煮浸し ご飯	23 (月)	<b>散らし寿司</b>	すまし汁 チョコクレープ
17 (火)	<b>刺身 盛り合わせ</b>	キャベツの煮付け けんちん汁 ご飯	24 (火)	<b>松風焼き</b>	もやしのソテー いんげんのピーナツあえ 大根の煮付け ご飯
18 (水)	<b>ポーク チャップ</b>	ブロッコリーのソテー ひじきサラダ じゃがいもの煮付け ご飯	25 (水)	<b>かつおたたき</b>	せん大根 じゃがいもの煮物 豚汁 ご飯
19 (木)	<b>担々麺</b>	わかめご飯 きなこ牛乳かん	26 (木)	<b>塩焼きそば</b>	ゆかりご飯 オレンジ
20 (金)	<b>ホキの唐揚げ</b>	おろしポン酢 華風和え かぼちゃの煮付け ご飯	27 (金)	<b>あじの梅肉焼</b>	炊き合わせ もずく酢 キャベツの煮付け ご飯



FABRUARY



※材料の関係等で献立を変更する事があります。ご了承下さい。  
※カロリーは、平均 500~600kcalです。