



給食センター 平成29年2月下旬予定献立表



石けんで手を洗い、うがいをし睡眠をしっかりとってインフルエンザを防ぎましょう！

	2月16日	2月17日	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日	2月22日	2月23日	
	木	金	土	日	月	火	水	木	
昼食	鰯の柚子味噌風味 インゲンの天ぷら イトコンの真砂和え 菜の花の辛子和え他	タンドリーチキン ミニオムレツ チャプチェ 法蓮草の白和え他	ハンバーグ フレンチポテト 揚げと冬瓜の煮物 春菊の白和え他	豚肉の生姜炒め 玉葱とジャコのかき揚げ 山クラゲの煮物 小松菜のわさび和え他	赤魚のみりん焼き ミニコロケ 細切り昆布の煮物 マカロニのオオロサラダ他	イカフライ(タルタルソース) 餃子・煮豆 レンコンサラダ 菜の花のペーコンサラダ他	鰯の竜田揚げ 焼きそば しめじのおろし和え ぜんまいの炒め煮他	トンカツの味噌だれ 牛蒡の煮物 薩摩芋のサラダ 法蓮草の胡麻和え他	
エネルギー	644kcal	666kcal	585kcal	643kcal	607kcal	669kcal	640kcal	671kcal	
塩分	2, 4g	2, 3g	2, 2g	2, 5g	2, 4g	2, 8g	2, 6g	2, 1g	
夕食	牛肉の甘辛煮 カニステック菜の磯辺揚げ 大根のポン酢和え リンゴ入りポテトサラダ他	白身魚の煮付け 蓮根の煮物 ウインナーソーテ わかめの酢の物他	鰯の塩焼き 葱入り出し巻き玉子・蒲鉾 じゃが芋のクリーム煮 青梗菜のお浸し他	ホキのマヨネーズ焼き 厚揚げ煮 かぶのゆかり和え 薩摩芋の煮物他	牛肉のウスターソース炒め コンニャクの柚子風味和え 大豆の煮物 法蓮草のお浸し他	鮭のレモン焼き 里芋のツナ煮 切り干し大根の松前漬 春菊の辛子和え他	酢豚 がんも煮 パセリ入り干草焼き ひじきの炒め煮他	カレーの煮付け 肉団子のケチャップ煮 カリフラワーの胡麻サラダ 揚げ出し茄子他	
エネルギー	630Kcal	589Kcal	620Kcal	655Kcal	651Kcal	570Kcal	680Kcal	577Kcal	
塩分	2, 5g	2, 5g	2, 3g	2, 4g	2, 5g	2, 3g	2, 5g	2, 5g	
	2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日			2月旬の食材	
	金	土	日	月	火			魚介類	
昼食	あじの幽庵焼き クリームコロケ ブロッコリー・卵の花煮 春菊のおかか和え他	豚肉の焼肉 グラタン かぶのレモン和え オクラのピーナツ和え他	フライ盛り合わせ 野菜炒め マッシュポテト 小松菜のツナ和え他	チキンのカレー煮込み 出し巻き玉子・蒲鉾 昆布の煮物 法蓮草の胡麻和え他	すき焼き風煮 フルーツサラダ 焼きビーフン カニカマの酢の物他				はまち・あんこう さわら・きんめだい たら・ふぐ・ぼら ぶり・ぼら・カニ
エネルギー	617Kcal	623Kcal	678Kcal	671Kcal	625Kcal			野菜・果物	
塩分	2, 7g	2, 1g	2, 3g	2, 4g	2, 5g			カリフラワー・キャベツ	
夕食	鶏肉のごま揚げ 海鮮焼売 もやしのナムル 厚揚げきのこ鍋かけ他	ホキの天ぷら ウインナーソーテ 大根の煮物 麻婆豆腐他	おでん インゲンソーテ ハムとカリフラワーのサラダ 青梗菜のソーテ他	赤魚の南蛮漬け 枝豆のかき揚げ 南瓜の煮物 春菊のお浸し他	海老チリ きびなご天 切り干し大根の煮物 菜の花の白和え他			きょうな・からしな 白菜・くわいごぼう こまつな・しゅんぎく 大根・長芋・法蓮草	
エネルギー	612Kcal	611Kcal	550Kcal	632Kcal	630Kcal			ブロッコリー・蓮根	
塩分	2, 3g	2, 2g	2, 6g	2, 3g	2, 5g			いちご・みかん・レモン	

* 皆様の健康に配慮し、野菜を沢山、栄養のバランスがよい献立にしております。何かご意見がありましたらご連絡下さい。

* メニューは仕入れの都合により変更になる場合があります。

* 当センターは国産米を使用しています。

* お弁当はお早めにお召上がり下さい。また、食べ残した食事は後で食べないでください。



粕屋老人給食センター

福岡県高齢者福祉生活協同組合
092-933-0641