



スペシャルメニューデー 二月三日(土)昼食



お品書き



SMILE PACK
スマイルパック



いつもスマイルパックをご利用いただき、誠にありがとうございます。
商品とサービスの改善のため、お客様の声を是非お聞かせください。
こちらのQRを読み込んでいただき、ご回答いただきますよう、よろしくお願いたします。

・山菜ごはんの具

・いわしのつみれ煮

・大豆五目煮

・小松菜のお浸し



山菜ごはんは具のみの提供になります。
各施設様でお米と一緒に炊いて頂くか、炊き上がったごはんに混ぜ込んでお召し上がり下さい。

*味噌汁、節分豆は盛り付けイメージのためつきません。

今月の新メニュー

2/15(木) チキンリングフライ

2/17(土) 小松菜きんぴら

2/24(土) だし巻き玉子 ・ たらのホワイトソースかけ

2/25(日) 星形ミニハム

2/28(水) カレークリーミーフライ

お客様アンケートによる献立変更点

- ・揚げ物が多いということでメインの揚げ物は週2回に変更致しました。
- ・魚のパスつきが気になるということであんやソースをかけたメニューを増やしました。



アンケートのご協力ありがとうございました。
今後も食事内容の改善を行い利用者満足度向上を目指します。
引き続きオーケーズデリカをよろしくお願いいたします。

SMILE PACK
スマイルパック



〈2024年2月献立表〉



日付	2月1日 木	2月2日 金	2月3日 土
朝食	野菜のトマト煮(温) ミニフランクフルト(温)	大根のおかか煮(温) グリーンピース棒天(温) つくだに(冷)	野菜炒め(温) みそつくね(温) ふりかけ(冷)
エネルギー	105Kcal	69Kcal	111Kcal
塩分	1g	1.6g	1.2g
昼食	チャーシュー丼(温) ゴロゴロイカメンチ(温) わかめの中華風ごま酢和え(冷)	白身魚のトマトソースかけ(温) 白菜の和風煮(温) コーンポテト(冷)	山菜ごはんの具(冷) いわしつみれ煮(温) 大豆五目煮(温) 小松菜のお浸し(冷)
エネルギー	325Kcal	194Kcal	233Kcal
塩分	2.3g	2.1g	4.4g
夕食	ホッケの青しそ風味焼き(温) タイ風米粉焼きそば(温) 人参ナムル(冷)	えびそぼろ(温) 春巻(温) もやしのカレーおかか和え(冷)	とんかつ(温) 高野豆腐煮(温) きゅうりの梅おかか和え(冷)
エネルギー	197Kcal	324Kcal	245Kcal
塩分	1.9g	2.2g	2.2g
たんぱく	30.1g	33.6g	37.7g
エネルギー	627Kcal	587Kcal	589Kcal



* 仕入れ等の都合により献立内容が変更になる場合があります。
あらかじめご了承ください。お願いいたします。
(温)・(冷)記載のない物は、常温提供でお願いします。



〈2024年2月献立表〉

日付	2月4日 日	2月5日 月	2月6日 火	2月7日 水	2月8日 木	2月9日 金	2月10日 土
朝食	トマトペンネ(温) チキンナゲット(温)	車麩と野菜の煮物(温) ソーセージ天(温) つけもの(冷)	じゃが芋の煮物(温) しんじょ(温) つけもの(冷)	大根と油揚げの煮物(温) 旨辛チキン(温) ふりかけ(冷)	野菜のバジルソテー(温) ミニオムレツ(温)	野菜の豚骨煮(温) たこざんぎ風天(温) つけもの(冷)	豆腐ステーキ(温) 小松菜の菜種和え(冷) つけもの(冷)
エネルギー	219Kcal	99Kcal	158Kcal	104Kcal	87Kcal	83Kcal	101Kcal
塩分	1.4g	1.7g	1.7g	0.9g	1g	1.6g	1.3g
昼食	豚肉と大根の煮物(温) 照り焼きミートボール(温) レモン風味ポテトサラダ(冷)	カレーのバター醤油焼き(温) 細切昆布煮(温) なすの柚子胡椒和え(冷)	豚肉の味噌生姜炒め(温) 厚焼玉子(温) スパサラダ(冷)	あさりの柳川風(温) ミニコーンフライ(温) 人参のごま和え(冷)	若鶏の唐揚げ(温) 明太高野豆腐煮(温) わかめの生姜和え(冷)	太刀魚ねぎソースかけ(温) 大根のあっさり煮(温) ほうれん草のわさび和え(冷)	ジャンボ焼売(温) 切干大根のオイスターソース煮(温) きゅうりのしらす生姜和え(冷)
エネルギー	293Kcal	222Kcal	324Kcal	225Kcal	371Kcal	276Kcal	342Kcal
塩分	2.2g	2.1g	2g	2.9g	2.7g	2.2g	2.6g
夕食	ブリの生姜煮(温) チャブチェ(温) ほうれん草柚子和え(冷)	ピーマン肉詰めフライ(温) どて煮(温) うの花サラダ(冷)	赤魚の山椒風味焼き(温) きんぴらごぼう(温) 小松菜辛子和え(冷)	カルボナーラソースハンバーグ(温) ツナとコーンのスパゲティ(温) キャベツの海苔マヨ和え(冷)	メバルの五目野菜あんかけ(温) がんと煮(温) 小松菜のおかか和え(冷)	クリームシチュー(温) 豆腐ナゲット(温) あけぼのサラダ(冷)	ほたてとじゃがいもの炒め物(温) 白身魚青のりフライ(温) もやしポン酢和え(冷)
エネルギー	254Kcal	292Kcal	145Kcal	384Kcal	208Kcal	331Kcal	232Kcal
塩分	2g	2.2g	1.9g	2.5g	2.7g	2.6g	2.6g
たんぱく	41.3g	32.6g	34.3g	37g	46.7g	32.9g	37.6g
エネルギー	766Kcal	613Kcal	627Kcal	713Kcal	666Kcal	690Kcal	675Kcal

* 仕入れ等の都合により献立内容が変更になる場合があります。
 あらかじめご了承ください。お願いいたします。
 (温)・(冷)記載のない物は、常温提供でお願いします。



〈2024年2月献立表〉

日付	2月11日 日	2月12日 月	2月13日 火	2月14日 水	2月15日 木	2月16日 金	2月17日 土
朝食	マカロニソテー(温) 赤ウインナー(温)	さばごうじ味噌焼き(温) もやしのカレーおかか(和え(冷)) つくだに(冷)	はんぺんのピリ辛炒め(温) きゅうりのごま醤油和え(冷) つけもの(冷)	のっぺい煮(温) チヂミ風天(温) ふりかけ(冷)	コンソメ煮(温) トマトチーズオムレツ(温)	白菜炊き(温) 生姜棒天(温) なめたけ(冷)	大根の生姜煮(温) 野菜肉巻き(温) つけもの(冷)
エネルギー	159Kcal	123Kcal	89Kcal	112Kcal	105Kcal	96Kcal	132Kcal
塩分	2.3g	0.9g	1.6g	1.7g	1.5g	1.5g	1.7g
昼食	豚肉とカリフラワーの中華煮(温) 竹輪の磯辺揚げ(温) おくらのおかか和え(冷)	鶏肉と野菜の旨塩煮(温) ハムカツ(温) コールスローサラダ(冷)	ますの山賊焼き(温) ひじきおかか煮(温) たまごシェルマカロニサラダ(冷)	五目ごはんの具(冷) 鶏豆腐そぼろ(温) ミニコロッケ(温) キャベツのゆかり和え(冷)	さわらの照り焼き(温) 冬瓜の煮物(温) ひじきのごま酢和え(冷)	鶏の天ぷら(温) 高野豆腐煮(温) 小松菜のなめたけ和え(冷)	厚揚げとツナのねぎ塩炒め(温) かにかまフライ(温) じゃがいものおかか和え(冷)
エネルギー	311Kcal	320Kcal	219Kcal	268Kcal	165Kcal	270Kcal	250Kcal
塩分	2g	2.5g	1.8g	2.6g	1.7g	2.3g	2.1g
夕食	あじ西京焼き(温) カブのカニカマあん(温) ほうれん草わさびクリーム和え(冷)	焼きぎょうざ(温) 卵の花(温) 玉ねぎのセンチェ和え(冷)	なす肉詰めフライ(温) 大根の炒め煮(温) 豆のごま和え(冷)	たらのムニエル(温) ナポリタン(温) チンゲン菜のナムル(冷)	とんてき風炒め(温) チキンリングフライ(温) ほうれん草ごま和え(冷)	カレーソース豆腐ハンバーグ(温) さつま芋と切り昆布の煮物(温) おくら(梅)和え(冷)	ほっけの塩焼き(温) 小松菜きんぴら(温) キャベツの即席漬(冷)
エネルギー	184Kcal	225Kcal	322Kcal	237Kcal	338Kcal	241Kcal	164Kcal
塩分	2.2g	2.2g	1.9g	3g	2.4g	2.5g	1.5g
たんぱく	40g	34.6g	32g	38.3g	38.1g	36.2g	31.3g
エネルギー	654Kcal	668Kcal	630Kcal	617Kcal	608Kcal	607Kcal	546Kcal

* 仕入れ等の都合により献立内容が変更になる場合があります。
あらかじめご了承いただけるようお願いいたします。
(温)・(冷)記載のない物は、常温提供でお願いします。



〈2024年2月献立表〉

日付	2月18日 日	2月19日 月	2月20日 火	2月21日 水	2月22日 木	2月23日 金	2月24日 土
朝食	ポークビーンズ(温) キッシュ(温)	彩り野菜のうま煮(温) 紅あずま甘露煮(冷) つけもの(冷)	炒り煮(温) 肉詰めいなり(温) つけもの(冷)	白菜ツナ煮(温) えび団子(温) ふりかけ(冷)	クラムチャウダー(温) マカロニサラダ(冷)	野菜の塩煮(温) 豆腐寄せ(温) つくだに(冷)	キャベツのねぎ油炒め(温) だし巻き玉子(温) つけもの(冷)
エネルギー	181Kcal	103Kcal	130Kcal	109Kcal	136Kcal	110Kcal	113Kcal
塩分	1.1g	1.4g	1.8g	1.5g	0.9g	2.1g	1g
昼食	ジャンボ肉団子(温) にんじんしりしり(温) もずくの酢の物(冷)	鶏肉のスタミナ炒め(温) メンチカツ(温) きゅうりのねぎ塩和え(冷)	コーンフライ(温) 豆腐のうま煮(温) 生酢(冷)	赤魚の和風きのこあんかけ(温) チャブチェ(温) キャベツの和え物(冷)	コロッケ(温) 鶏肉のケチャップ炒め(温) 白和え(冷)	カレー(温) チーズはんぺんフライ(温) ブロッコリーのおかかマヨ和え(冷) 福神漬(冷)	たらのホワイトソースかけ(温) 大根とちくわの煮物(温) 玉ねぎのおかかポン酢和え(冷)
エネルギー	217Kcal	272Kcal	252Kcal	176Kcal	254Kcal	328Kcal	136Kcal
塩分	1.9g	1.9g	1.4g	2g	1.5g	4.2g	1.6g
夕食	あさりと豆腐の子ゲ風(温) 三角春巻(温) ささみの和え物(冷)	さばの塩麹焼き(温) ひじきの煮物(温) 小松菜のごま和え(冷)	豚味噌そぼろ(温) 木の葉しんじょ(温) かきぎりポテトサラダ(冷)	チーズつくね(温) ザーサイともやしの炒め物(温) ほうれん草菜種和え(冷)	ブリのみぞれ煮(温) 大豆の中華煮(温) わかめの酢の物(冷)	若鶏の照焼(温) 和風しらすスパゲッティ(温) 人参の和え物(冷)	マーボーナス(温) たこ野菜カツ(温) 小松菜のピーナツ和え(冷)
エネルギー	166Kcal	187Kcal	338Kcal	261Kcal	290Kcal	360Kcal	383Kcal
塩分	2.4g	1.5g	1.9g	2.9g	3.3g	2.2g	2.4g
たんぱく	31.5g	34.5g	30.8g	32.7g	33.8g	38.4g	34.2g
エネルギー	564Kcal	562Kcal	720Kcal	546Kcal	680Kcal	798Kcal	632Kcal

* 仕入れ等の都合により献立内容が変更になる場合があります。
あらかじめご了承ください。ようお願いいたします。
(温)・(冷)記載のない物は、常温提供でお願いします。



〈2024年2月献立表〉

日付	2月25日 日	2月26日 月	2月27日 火	2月28日 水	2月29日 木
朝食	ポテトの明太子炒め(温) 星形ミニハム(温)	白菜の甘辛煮(温) 焼売(温) つけもの(冷)	きのこ当座煮(温) 花形しんじょ(温) つけもの(冷)	豆腐の炒り煮(温) コーンイカハンバーグ(温) つけもの(冷)	ポトフ(温) デミソースミートボール(温)
エネルギー	110Kcal	110Kcal	82Kcal	130Kcal	94Kcal
塩分	1.5g	1.3g	1.5g	2g	1.5g
昼食	五目豆腐(温) チキンピカタ(温) カリフラワーのマリネ(冷)	あじのねぎ塩焼き(温) 卵の花(温) ほうれん草柚子和え(冷)	豚肉と白菜のうま煮(温) 竹輪の三色揚げ(温) ジャーマンポテトサラダ(冷)	肉みそ大根煮(温) カレークリーミーフライ(温) 小松菜和え物(冷)	カレイの煮付け(温) 大根の塩きんぴら(温) キャベツと油揚げの煮浸し(冷)
エネルギー	203Kcal	167Kcal	347Kcal	275Kcal	188Kcal
塩分	1.6g	1.8g	2.1g	2.3g	2.2g
夕食	メバルのパセリバターオイル焼き(温) マカロニのマスタード炒め(温) 中華もやし(冷)	甘辛タレのささみフライ(温) 切干大根煮(温) キャベツの磯香和え(冷)	さばの粕漬け(温) にんじんのたらこ炒め(温) なすの揚げ浸し(冷)	ミートソースオムレツ(温) ウインナーとキャベツの Pasta(温) おくらのはなめたけ和え(冷)	ハヤシシチュー(温) エビカツ(温) さつまいものヨーグルトサラダ(冷)
エネルギー	219Kcal	225Kcal	249Kcal	283Kcal	373Kcal
塩分	2.2g	3.2g	2.4g	2g	2.8g
たんぱく	33.8g	32g	35.2g	32.3g	39g
エネルギー	532Kcal	502Kcal	678Kcal	688Kcal	655Kcal

* 仕入れ等の都合により献立内容が変更になる場合があります。
あらかじめご了承ください。よろしくお願いいたします。
(温)・(冷)記載のない物は、常温提供でお願いします。



おやつ献立表

Dessert
Menu

2月



SMILE PACK
スマイルパック

<p>1 </p> <p>クレープ</p> <p>容量 25 g エネルギー 58 kcal</p>	<p>2 </p> <p>プリン</p> <p>容量 60 g エネルギー 73 kcal</p>	<p>3 </p> <p>抹茶まんじゅう</p> <p>容量 40 g エネルギー 100 kcal</p>	<p>4 </p> <p>エクレア</p> <p>容量 30 g エネルギー 93 kcal</p>	<p>5 </p> <p>オレンジゼリー</p> <p>容量 40 g エネルギー 41 kcal</p>	<p>6 </p> <p>ワッフル</p> <p>容量 27 g エネルギー 67 kcal</p>	<p>7 </p> <p>水ようかん</p> <p>容量 50 g エネルギー 55 kcal</p>
<p>8 </p> <p>酒元饅頭</p> <p>容量 40 g エネルギー 115 kcal</p>	<p>9 </p> <p>ストロベリーゼリー</p> <p>容量 60 g エネルギー 58.8 kcal</p>	<p>10 </p> <p>お茶プリン</p> <p>容量 40 g エネルギー 58 kcal</p>	<p>11 </p> <p>ミニたいやき</p> <p>容量 40 g エネルギー 70 kcal</p>	<p>12 </p> <p>いちごシュークリーム</p> <p>容量 22 g エネルギー 70.8 kcal</p>	<p>13 </p> <p>杏仁豆腐</p> <p>容量 50 g エネルギー 71.5 kcal</p>	<p>14 </p> <p>ココアムース</p> <p>容量 40 g エネルギー 60 kcal</p>
<p>15 </p> <p>桃ゼリー</p> <p>容量 60 g エネルギー 57.6 kcal</p>	<p>16 </p> <p>可寿饅頭</p> <p>容量 40 g エネルギー 93 kcal</p>	<p>17 </p> <p>マンゴープリン</p> <p>容量 40 g エネルギー 34 kcal</p>	<p>18 </p> <p>レモンゼリー</p> <p>容量 50 g エネルギー 49.5 kcal</p>	<p>19 </p> <p>どらやき</p> <p>容量 55 g エネルギー 100 kcal</p>	<p>20 </p> <p>青りんごゼリー</p> <p>容量 60 g エネルギー 62.4 kcal</p>	<p>21 </p> <p>焼ドーナツ</p> <p>容量 23 g エネルギー 68 kcal</p>
<p>22 </p> <p>田舎饅頭</p> <p>容量 40 g エネルギー 110 kcal</p>	<p>23 </p> <p>おはぎ</p> <p>容量 50 g エネルギー 118 kcal</p>	<p>24 </p> <p>ココアワッフル</p> <p>容量 30 g エネルギー 87.9 kcal</p>	<p>25 </p> <p>チョコレート饅頭</p> <p>容量 40 g エネルギー 85 kcal</p>	<p>26 </p> <p>ブルーベリーゼリー</p> <p>容量 50 g エネルギー 55 kcal</p>	<p>27 </p> <p>いちごムース</p> <p>容量 40 g エネルギー 65 kcal</p>	<p>28 </p> <p>鬼まんじゅう</p> <p>容量 40 g エネルギー 80 kcal</p>
<p>29 </p> <p>黒糖まんじゅう</p> <p>容量 40 g エネルギー 100 kcal</p>						

※写真はイメージです。

仕入れの都合により、メニューが変更する場合がございます。
ご了承下さい。