



スペシャルメニューデー 二月二日(日)昼食



 OK's DELICA INC.

お品書き



・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。



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。



<https://smilepack.jp/menu/>
毎月の献立はこちらでも
ご覧いただけます。

 SMILE PACK
スマイルパック

今月の新メニュー

- | | |
|---------|--------------|
| 2/7(金) | ほうれん草の生姜ごま和え |
| 2/12(水) | 和風ナムル |
| 2/15(土) | 切干大根の中華和え |
| 2/17(月) | ミニ信田巻き |
| 2/18(火) | 菜の花オムレツ |
| 2/23(日) | ベーコンマヨカツ |


〈2025年 2月 献立表〉




日付	2月1日 土
朝食	大根のおかか煮(温) 煮玉子(温) つけもの(冷)
エネルギー	111Kcal
塩分	1.8g
昼食	エビカツ(温) じゃが芋のうま煮(温) きゅうりのごま醤油和え(冷)
エネルギー	303Kcal
塩分	2.1g
夕食	豚肉のしぐれ煮(温) チヂミ(温) ほうれん草のお浸し(冷)
エネルギー	257Kcal
塩分	2.6g
たんぱく	36g
エネルギー	671Kcal

* 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。





<2025年2月 献立表>



日付	2月2日 日	2月3日 月	2月4日 火	2月5日 水	2月6日 木	2月7日 金	2月8日 土
朝食	なすのミートソース(温) ハム玉子(温)	じゃが芋の煮物(温) 旨辛チキン(温) つけもの(冷)	さつま揚げ(温) 白菜と油揚げの煮物(温) つけもの(冷)	大根しりしり(温) いか団子(温) ふりかけ(冷)	野菜のバジルソテー(温) ミニオムレツ(温)	豆腐の豆乳煮(温) 花さつま(温) つけもの(冷)	チンゲン菜オイスター煮(温) 卵豆腐(冷) つけもの(冷)
エネルギー	126Kcal	111Kcal	144Kcal	98Kcal	87Kcal	120Kcal	76Kcal
塩分	0.8g	1.5g	2.1g	1.3g	1.2g	1.6g	1.4g
昼食	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) 	さば山椒風味焼き(温) ひじきの煮物(温) 小松菜辛子和え(冷)	ピーマン肉詰めフライ(温) どて煮(温) コールスローサラダ(冷)	白身魚の中華あんかけ(温) 野菜炒め(温) 里芋のたらこサラダ(冷)	醤油ラーメン(温) 野菜とひじきの豆腐焼き(温) オクラのお浸し(冷)	メバルの西京焼き(温) 里芋の和風煮(温) ほうれん草の生姜ごま和え(冷)	油淋鶏(鶏の唐揚げねぎソースかけ)(温) 高野豆腐煮(温) ブロッコリーのおかかマヨ和え(冷)
エネルギー	258Kcal	170Kcal	304Kcal	168Kcal	311Kcal	171Kcal	352Kcal
塩分	5.1g	1.6g	2.2g	1.5g	6g	2.3g	2.7g
夕食	さわらのねぎ塩焼き(温) 炒めビーフン(温) 中華和え(冷)	豚肉の塩レモン炒め(温) ゴロゴロイカメンチ(温) スパサラダ(冷)	カレイの青しそ風味焼き(温) 和風スパゲッティ(温) なすの柚子胡椒和え(冷)	鶏肉の甘酢炒め(温) 焼売(温) 彩り和え(冷)	豚肉のナポリタン風(温) ミニコーンフライ(温) 大根さっぱり和え(冷)	ほたてと大根の甘辛煮(温) カレークリーミーフライ(温) ぬた和え(冷)	かにたま(温) 担々春雨(温) キャベツの和え物(冷)
エネルギー	216Kcal	330Kcal	288Kcal	299Kcal	253Kcal	209Kcal	208Kcal
塩分	1.8g	1.2g	1.3g	2.6g	1.8g	2.6g	2.1g
たんぱく	34.7g	35.4g	35.2g	37.4g	36.1g	38.3g	30.4g
エネルギー	600Kcal	611Kcal	736Kcal	565Kcal	651Kcal	500Kcal	636Kcal

* 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。





〈2025年2月 献立表〉



日付	2月9日 日	2月10日 月	2月11日 火	2月12日 水	2月13日 木	2月14日 金 	2月15日 土
朝食	洋風玉子とじ(温) 赤ウインナー(温)	あじのこうじ味噌焼き(温) もやしのカレーおかか和え(冷) つけもの(冷)	はんぺんの和風煮(温) 黒酢つくね(温) つけもの(冷)	のっぺい煮(温) たまねぎ団子(温) ふりかけ(冷)	コンソメ煮(温) 豆腐ナゲット(温)	白菜炊き(温) 生姜棒天(温) つけもの(冷)	もやしの生姜醤油炒め(温) 紅あずま甘露煮(冷) つけもの(冷)
エネルギー	123Kcal	84Kcal	94Kcal	113Kcal	122Kcal	61Kcal	102Kcal
塩分	1.3g	1.1g	1.6g	1.7g	1.5g	1.3g	0.8g
昼食	豚肉とカリフラワーの中華煮(温) たご野菜カツ(温) ほうれん草わさびクリーム和え(冷)	なす肉詰めフライ(温) 切干大根煮(温) 玉ねぎのセンチエ和え(冷)	たらの山賊焼き(温) まごわやさしい煮(温) なすのおろし和え(冷)	あさりのバター醤油炒め(温) ハムカツ(温) きゅうりの梅おかか和え(冷)	五目ごはんの具(冷) 大根のおでん風(温) ミニコロッケ(温)  ひじきのごま酢和え(冷)	鶏肉のチリソース炒め(温) がんと煮(温) きゅうりの海苔和え(冷)	とんかつ(温) 高野豆腐煮(温) 小松菜のお浸し(冷)
エネルギー	322Kcal	237Kcal	213Kcal	226Kcal	197Kcal	268Kcal	283Kcal
塩分	3.2g	2.5g	1.2g	1.7g	3.3g	2.2g	3.3g
夕食	赤魚のバター醤油焼き(温) 白菜の中華煮(温) きゅうりと昆布のごま油和え(冷)	鶏肉と野菜の旨塩煮(温) 木の葉しんじょ(温) マカロニサラダ(冷)	豆腐と明太子のとろとろ煮(温) 根菜クリーミーフライ(温) かぼちゃサラダ(冷)	ブリの生姜煮(温) 車麩のすき煮風(温) 和風ナムル(冷)	鶏肉のねぎ塩かけ(温) ナポリタン(温) かつお節サラダ(冷)	照焼きチーズハンバーグ(温) カレーペンネ(温)  ほうれん草サラダ(冷)	鶏ちゃん焼き(温) 厚焼玉子(温) 切干大根の中華和え(冷)
エネルギー	134Kcal	253Kcal	244Kcal	232Kcal	248Kcal	267Kcal	214Kcal
塩分	1.3g	2.8g	2g	1.8g	3g	2.2g	1.7g
たんばく	35.3g	32.5g	31.8g	31.8g	33.1g	33.2g	37.2g
エネルギー	579Kcal	574Kcal	551Kcal	571Kcal	567Kcal	596Kcal	599Kcal

* 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、常温提供をお願いします。





〈2025年2月 献立表〉



日付	2月16日 日	2月17日 月	2月18日 火	2月19日 水	2月20日 木	2月21日 金	2月22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) ミニ信田巻き(温) つけもの(冷)	炒り煮(温) 肉詰めいなり(温) つけもの(冷)	白菜と油揚げの煮物(温) 野菜肉巻き(温) つけもの(冷)	スナックピースソーテー(温) ミニフランクフルト(温)	野菜の塩煮(温) 花形しんじょ(温) つくだに(冷)	キャベツのねぎ油炒め(温) たござんぎ風天(温) ふりかけ(冷)
エネルギー	180Kcal	67Kcal	119Kcal	102Kcal	117Kcal	74Kcal	96Kcal
塩分	1g	1.3g	1.8g	1.9g	1.3g	1.9g	1.1g
昼食	ジャンボ肉団子(温) にんじんと玉子の味噌炒め(温) 白菜フレンチサラダ(冷)	とんてき風炒め(温) チーズポテトフライ(温) なすの黒酢和え(冷)	コーンフライ(温) 豆腐のうま煮(温) 生酢(冷)	豚肉とねぎの山椒炒め(温) 醤油味のイカカツ(温) レーズンナッツパンプキン(冷)	鶏肉の中華風ポトフ(温) だし巻き玉子(温) 玉ねぎのおかかポン酢和え(冷)	カレー(温) チーズはんぺんフライ(温) ブロッコリーのツナマヨ和え(冷) 福神漬(冷)	味噌豚丼(温) 白身魚青のりフライ(温) じゃがいものおかか和え(冷)
エネルギー	237Kcal	317Kcal	251Kcal	321Kcal	186Kcal	324Kcal	291Kcal
塩分	1.8g	1.7g	1.5g	1.5g	2g	3.9g	1.5g
夕食	あさりと豆腐のチゲ風(温) 三角春巻(温) 青梗菜柚子和え(冷)	カレイの香草焼き(温) ひじきの煮物(温) 玉ねぎサラダ(冷)	鶏味噌そぼろ(温) 菜の花オムレツ(温) レモン風味ポテトサラダ(冷)	トマトソースオムレツ(温) ツナとコーンのスパゲティ(温) カリフラワーのごまドレ和え(冷)	メンチカツ(温) 厚揚げのベーコン高菜炒め(温) 切干大根サラダ(冷)	さわらのチーズハーブ焼き(温) ボンゴレスパゲティー(温) 人参の和え物(冷)	鶏肉のバルサミコ酢あんかけ(温) 大根とちくわの煮物(温) マカロニサラダ(冷)
エネルギー	208Kcal	158Kcal	283Kcal	287Kcal	355Kcal	295Kcal	257Kcal
塩分	3.5g	1.7g	1.9g	2g	3g	3.2g	2.2g
たんぱく	31.4g	35.1g	30.7g	36g	33.9g	33.2g	40.9g
エネルギー	625Kcal	542Kcal	653Kcal	710Kcal	658Kcal	693Kcal	644Kcal

* 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。





〈2025年2月 献立表〉



日付	2月23日 日	2月24日 月	2月25日 火	2月26日 水	2月27日 木	2月28日 金
朝食	ほうれん草ソテー(温) ハムステーキ(温)	にんじんしりしり(温) 海鮮焼売(温) つけもの(冷)	きのこ当座煮(温) ソーセージ天(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)	ツナポテト(温) フルーツヨーグルトサラダ(冷)	カブのカニカマあん(温) えび団子(温) つけもの(冷)
エネルギー	105Kcal	106Kcal	77Kcal	114Kcal	119Kcal	85Kcal
塩分	1.3g	1.5g	1.5g	1.9g	1g	1.9g
昼食	鶏豆腐そぼろ(温) ベーコンマヨカツ(温) 中華もやし(冷)	ますのごま醤油焼き(温) ひじきのカラフル炒め(温) 長いものわさび和え(冷)	豚肉と白菜のうま煮(温) 照り焼き肉団子(温) ジャーマンポテトサラダ(冷)	赤魚の煮付け(温) 豆ミンチのマーボー春雨(温) ほうれん草のお浸し(冷)	豚肉と野菜のあんかけ(温) 玉子サラダフライ(温) 小松菜のごま和え(冷)	コロッケ(温) 高野豆腐の玉子とじ(温) ささみときゅうりのごま和え(冷)
エネルギー	317Kcal	194Kcal	309Kcal	203Kcal	303Kcal	250Kcal
塩分	1.9g	1.4g	3.2g	2.7g	2g	2.2g
夕食	たらのムニエル(温) マカロニのマスタード炒め(温) 花野菜サラダ(冷)	チキン南蛮(温) 切干大根煮(温) キャベツのお浸し(冷)	さばの粕漬(温) じゃがいものそぼろ煮(温) なすの揚げ浸し(冷)	鶏肉と野菜のトマト煮(温) しんじょ(温) 甘栗サラダ(冷)	あじの照り焼き(温) 野菜の豚骨煮(温) 人参のくるみ和え(冷)	五目豆腐(温) みそつくね(温) わかめのネギ和え(冷)
エネルギー	232Kcal	247Kcal	283Kcal	325Kcal	146Kcal	177Kcal
塩分	2.6g	3.6g	1.4g	1.6g	1.6g	2.2g
たんぱく	39.3g	30g	37.5g	35.9g	33.6g	30g
エネルギー	654Kcal	547Kcal	669Kcal	642Kcal	568Kcal	512Kcal

* 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。



おやつ献立表

Dessert
Menu

2月



SMILE PACK
スマイルパック

1  クレープ 容量 25 g エネルギー 58 kcal	2  プリン 容量 60 g エネルギー 73 kcal	3  抹茶まんじゅう 容量 40 g エネルギー 100 kcal	4  オレンジゼリー 容量 40 g エネルギー 41 kcal	5  エクレア 容量 30 g エネルギー 93 kcal	6  ワッフル 容量 27 g エネルギー 67 kcal	7  水ようかん 容量 50 g エネルギー 55 kcal
8  酒元饅頭 容量 40 g エネルギー 115 kcal	9  ストロベリーゼリー 容量 60 g エネルギー 58.8 kcal	10  お茶プリン 容量 40 g エネルギー 58 kcal	11  ミニたいやき 容量 40 g エネルギー 70 kcal	12  いちごシュークリーム 容量 22 g エネルギー 70.8 kcal	13  杏仁豆腐 容量 50 g エネルギー 71.5 kcal	14  ココアムース 容量 40 g エネルギー 60 kcal
15  桃ゼリー 容量 60 g エネルギー 57.6 kcal	16  可寿饅頭 容量 40 g エネルギー 93 kcal	17  マンゴープリン 容量 40 g エネルギー 34 kcal	18  レモンゼリー 容量 50 g エネルギー 49.5 kcal	19  どらやき 容量 55 g エネルギー 100 kcal	20  青りんごゼリー 容量 60 g エネルギー 62.4 kcal	21  アセロラミルクゼリー 容量 40 g エネルギー 51 kcal
22  おはぎ 容量 50 g エネルギー 118 kcal	23  田舎饅頭 容量 40 g エネルギー 110 kcal	24  ココアワッフル 容量 30 g エネルギー 87.9 kcal	25  チョコレート饅頭 容量 40 g エネルギー 85 kcal	26  ブルーベリーゼリー 容量 50 g エネルギー 55 kcal	27  いちごムース 容量 40 g エネルギー 65 kcal	28  鬼まんじゅう 容量 40 g エネルギー 80 kcal



※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。

