

	月	火	水	木	金	土 2月15日	日 2月16日	
みるこはん	<p>2月といえば節分ですね! おには外~福は内~!</p>					土曜日メニュー	休園日	
	<p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>					Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g	
	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	
みるこはん						土曜日メニュー	休園日	
	<p>鉄分強化! ふりかけご飯 カラスカレイのムニエル 大根とトマトのマヨサラダ みぞ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>鶏肉と野菜のごまだれ丼 ひじきの根菜煮 みぞ汁</p>	<p>ご飯 白系タラのねぎ風味焼き かぼちゃと挽肉のとうみ煮 みぞ汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>納豆ごはん 豚肉のさっぱり炒め かぶのツナマヨサラダ みぞ汁</p>	<p>ご飯 助宗タラのごま炒め ささみと豆腐の煮物 みぞ汁 フルーツ(いよかん)</p>	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g	
	261/7.8/8.9/39.8/0.6	256/9.5/8.4/39.3/0.8	281/12.9/6.8/45.2/0.7	321/14.2/12.3/42.0/0.8	287/16.4/6.9/42.2/0.7			
	2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日			
みるこはん	休園日							
		<p>鉄分強化! ふりかけご飯 鶏肉と野菜のうま煮 白菜のみぞ和え すまし汁</p>	<p>ご飯 カラスカレイと野菜の炒め物 スパツナサラダ みぞ汁 フルーツ(いよかん)</p>	<p>ご飯 豚肉の冬野菜煮 きゅうりとパプリカのごまサラダ みぞ汁</p>	<p>あったか厚揚げうどん 小松菜のコーン/ソー ヨーグルト</p>	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g	
		273/10.7/8.2/41.0/0.8	342/11.5/11.9/49.6/0.7	270/10.2/8.4/41.1/0.6	292/14.2/12.3/32.6/0.8			

※都合により、献立を変更する場合がございます。