



### 献立表

現場：浮間舟渡園  
献立種類：常食



バレンタインデー

	日 9	月 10	火 11	水 12	木 13	金 14	土 15
朝食	青菜御飯 かぼちゃのそぼろあんかけ きゅうりのゆかり和え 洋梨缶 牛乳	御飯 イワシ梅煮 大根の酢の物 フルーツカクテル缶 牛乳	御飯 オムレツ アスパラサラダ すまし汁（白玉麩） 白桃缶	御飯 かぶの蟹あんかけ ブロッコリーのさっぱり和え みかん缶 牛乳	御飯 切り昆布の炒め煮 白菜の辛子和え 味噌汁（大根） パイ缶	かぼちゃ粥 魚河岸揚げ煮 卵豆腐 黄桃缶 ジョア	御飯 がんもと野菜の煮物 海藻サラダ すまし汁（青梗菜） りんご缶
昼食	御飯 白身フライ なすとハムのサラダ 味噌汁（油揚げ・ねぎ） みかん缶	食パン チキンステーキ マスタードソース キャベツと枝豆のサラダ トマトとセロリのスープ パイ缶	麻婆茄子丼 もやしの中華サラダ 竹の子と葱のスープ りんごのコンポート	天むす 肉じゃが すまし汁（豆腐） たくあん漬け フルーツカクテル缶	バターロール 鱈のトマト煮 菜花のミモザサラダ 洋梨缶 牛乳	ビーフストロガナー イタリアンサラダ ピシソワーズ チョコレートケーキ	鶏南蛮そば 松風焼きみぞれあんかけ カラフルサラダ バナナ
夕食	御飯 鶏肉と白菜の中華風クリーム煮 えびとアスパラの塩炒め チンゲン菜中華和え うぐいす豆煮	御飯 擬製豆腐 里芋と人参の煮物 ピーマンと桜えびの和え物 ザーサイ漬け	御飯 鮭のムニエルグリーンソース 花野菜の中華炒め 赤じその実漬 牛乳	御飯 穴子の卵とじ ごぼう土佐煮 オクラ和風サラダ さけふりかけ	御飯 豆腐ステーキ野菜あんかけ 海老しんじょうのおろし煮 シーフードサラダ 桜でんぶ	御飯 赤魚の塩焼き 茄子とピーマンの黒ゴマ炒め かぶの梅肉和え かっぱ漬け	御飯 カレイカレーピカタ じゃが芋と人参の煮物 べったら漬け 牛乳
デザート	フルーチェ きなこミルク	マンゴーゼリー	くずまんじゅう（さくら）	いちごショートケーキ	杏仁豆腐	星たべよ	ムーンライトクッキー
栄養価	エネルギー 1643kcal 蛋白質 58.7g 脂質 33.8g 炭水化物 267.9g 食塩 5.7g	エネルギー 1647kcal 蛋白質 59g 脂質 40.1g 炭水化物 254g 食塩 6.9g	エネルギー 1605kcal 蛋白質 57.6g 脂質 32g 炭水化物 262.3g 食塩 6.4g	エネルギー 1633kcal 蛋白質 58.7g 脂質 33.7g 炭水化物 263.3g 食塩 6g	エネルギー 1638kcal 蛋白質 62.4g 脂質 46.2g 炭水化物 233.9g 食塩 6.7g	エネルギー 1639kcal 蛋白質 59.3g 脂質 44.2g 炭水化物 247.3g 食塩 6.3g	エネルギー 1643kcal 蛋白質 63.5g 脂質 42.4g 炭水化物 245.1g 食塩 5.7g

#### 2月14日 バレンタインデーとは？

「恋人たちの日」とされており、恋人だけではなく家族や親しい友人とも贈り物をしあうなどして祝う日です。日本ではチョコレートをプレゼントする日として広く知られているため、この日のメニューはチョコレートケーキを中心に西欧風です。

