

**いつき 2026年2月献立表(後半)**※食材の仕入れ状況により、内容は変更する場合がございます。

|    |   | 肉  | エネルギー<br>(kcal) | 魚  | エネルギー<br>(kcal) | 丼物  | エネルギー<br>(kcal) | ルウ物   | エネルギー<br>(kcal) | 麺類  | エネルギー<br>(kcal) |
|----|---|--|-----------------|--|-----------------|---|-----------------|---|-----------------|---|-----------------|
| 17 | 火 | 他人丼<br>厚揚げの煮物<br>インゲンのごま味噌和え<br>汁物<br>フルーツ           | 581             | 白身魚のパン粉焼き<br>厚揚げの煮物<br>インゲンのごま味噌和え<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ | 591             | ビビンバ丼<br>厚揚げの煮物<br>インゲンのごま味噌和え<br>汁物<br>フルーツ  | 693             | クリームシチュー<br>厚揚げの煮物<br>インゲンのごま味噌和え<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ | 666             | 焼きそば<br>厚揚げの煮物<br>インゲンのごま味噌和え<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ | 485             |
| 18 | 水 | ハンバーグ<br>キャベツソテー<br>マカロニサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ      | 698             | カレイの煮付け<br>キャベツソテー<br>マカロニサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ      | 599             | 中華丼<br>キャベツソテー<br>マカロニサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ | 603             | クリームシチュー<br>キャベツソテー<br>マカロニサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ    | 726             | わかめそば<br>キャベツソテー<br>マカロニサラダ<br>ご飯<br>フルーツ         | 534             |
| 19 | 木 | 鶏肉の照り焼き<br>チンゲン菜の炒め物<br>ひじきサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ   | 567             | メバルの野菜あんかけ<br>チンゲン菜の炒め物<br>ひじきサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ  | 541             | はいから丼<br>チンゲン菜の炒め物<br>ひじきサラダ<br>汁物<br>フルーツ    | 516             | ひき肉のカレー<br>チンゲン菜の炒め物<br>ひじきサラダ<br>汁物<br>フルーツ          | 640             | 丸天うどん<br>チンゲン菜の炒め物<br>ひじきサラダ<br>ご飯<br>フルーツ        | 406             |
| 20 | 金 | 肉団子の甘酢あん<br>のりじやが<br>ほうれん草サラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ    | 617             | タラのタルタル焼き<br>のりじやが<br>ほうれん草サラダ<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ     | 566             | 豚丼<br>のりじやが<br>ほうれん草サラダ<br>汁物<br>フルーツ         | 563             | ひき肉のカレー<br>のりじやが<br>ほうれん草サラダ<br>汁物<br>フルーツ            | 669             | 梅おろしにゅう麺<br>のりじやが<br>ほうれん草サラダ<br>ご飯<br>フルーツ       | 492             |
| 21 | 土 | 牛肉じやが<br>大根のカニあんかけ<br>春菊の白和え<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ     | 641             | 鯛の幽庵焼き<br>大根のカニあんかけ<br>春菊の白和え<br>ご飯<br>汁物<br>フルーツ      | 504             | 麻婆丼<br>大根のカニあんかけ<br>春菊の白和え<br>汁物<br>フルーツ      | 496             | ひき肉のカレー<br>大根のカニあんかけ<br>春菊の白和え<br>汁物<br>フルーツ          | 646             | 鶏ごぼうきしめん<br>大根のカニあんかけ<br>春菊の白和え<br>ご飯<br>フルーツ     | 447             |
| 23 | 月 | 豚肉のごま炒め<br>里芋の煮ころがし<br>はりはりサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>漬物     | 613             | 鯛の菜種焼き<br>里芋の煮ころがし<br>はりはりサラダ<br>ご飯<br>汁物<br>漬物        | 604             | ビビンバ丼<br>里芋の煮ころがし<br>はりはりサラダ<br>汁物<br>漬物      | 697             | ハヤシライス<br>里芋の煮ころがし<br>はりはりサラダ<br>汁物<br>漬物             | 682             | 醤油ラーメン<br>里芋の煮ころがし<br>はりはりサラダ<br>ご飯<br>漬物         | 479             |
| 24 | 火 | から揚げ<br>にんじんしりしり<br>わかめのあえ物<br>ご飯<br>汁物<br>漬物        | 639             | 鯛の味噌煮<br>にんじんしりしり<br>わかめのあえ物<br>ご飯<br>汁物<br>漬物         | 554             | 木の葉丼<br>にんじんしりしり<br>わかめのあえ物<br>汁物<br>漬物       | 482             | ハヤシライス<br>にんじんしりしり<br>わかめのあえ物<br>汁物<br>漬物             | 634             | かきたまにゅう麺<br>にんじんしりしり<br>わかめのあえ物<br>ご飯<br>漬物       | 475             |
| 25 | 水 | 牛肉のしぐれ煮<br>卵焼き<br>白菜の浅漬け風<br>ご飯<br>汁物<br>漬物          | 612             | 赤魚のみりん焼き<br>卵焼き<br>白菜の浅漬け風<br>ご飯<br>汁物<br>漬物           | 482             | 麻婆春雨丼<br>卵焼き<br>白菜の浅漬け風<br>汁物<br>漬物           | 546             | ハヤシライス<br>卵焼き<br>白菜の浅漬け風<br>汁物<br>漬物                  | 661             | ミートソースパスタ<br>卵焼き<br>白菜の浅漬け風<br>ご飯<br>汁物<br>漬物     | 574             |
| 26 | 木 | 肉団子のみぞれあん<br>かぼちゃの煮物<br>キャベツの塩昆布和え<br>ご飯<br>汁物<br>漬物 | 593             | 白身魚のムニエル<br>かぼちゃの煮物<br>キャベツの塩昆布和え<br>ご飯<br>汁物<br>漬物    | 470             | 豚丼<br>かぼちゃの煮物<br>キャベツの塩昆布和え<br>汁物<br>漬物       | 534             | 肉団子のシチュー<br>かぼちゃの煮物<br>キャベツの塩昆布和え<br>ご飯<br>汁物<br>漬物   | 697             | とろろきしめん<br>かぼちゃの煮物<br>キャベツの塩昆布和え<br>ご飯<br>漬物      | 409             |
| 27 | 金 | とり天<br>高野豆腐の煮物<br>インゲンのおかか和え<br>ご飯<br>汁物<br>漬物       | 589             | 鯛のかば焼き<br>高野豆腐の煮物<br>インゲンのおかか和え<br>ご飯<br>汁物<br>漬物      | 525             | 焼肉丼<br>高野豆腐の煮物<br>インゲンのおかか和え<br>汁物<br>漬物      | 576             | 肉団子のシチュー<br>高野豆腐の煮物<br>インゲンのおかか和え<br>ご飯<br>汁物<br>漬物   | 694             | 五目そば<br>高野豆腐の煮物<br>インゲンのおかか和え<br>ご飯<br>漬物         | 424             |
| 28 | 土 | 豚肉のオイスター炒め<br>麸の卵とじ<br>豆サラダ<br>ご飯<br>汁物<br>漬物        | 657             | カニクリームコロッケ<br>麸の卵とじ<br>豆サラダ<br>ご飯<br>汁物<br>漬物          | 780             | 焼き鳥丼<br>麸の卵とじ<br>豆サラダ<br>汁物<br>漬物             | 650             | 肉団子のシチュー<br>麸の卵とじ<br>豆サラダ<br>ご飯<br>汁物<br>漬物           | 820             | カレーうどん<br>麸の卵とじ<br>豆サラダ<br>ご飯<br>漬物               | 567             |