

＝ 【2月】＝節分弁当



●栄養成分（献立全体）



食材：魚



熱量

758kcal



タンパク質

29.2g



脂肪

22.6g



塩分

3.5g

●簡易情報

2/2の昼食に節分弁当をご用意いたしました。
全粥食（術後や軟らかい食事をご希望された患者様）では節分豆の代わりに卵ボーロを提供いたしました。

注1) この献立には魚介類・海藻類・乳製品を含みますので、ヨウ素制限のある方は摂取量にご注意ください。

注2) 市販の寿司酢には旨みとして「昆布だし」「昆布エキス」を含むものもございますので、ヨウ素制限のある方はご注意ください。

注3) 調味料はそれぞれ原材料をご確認ください。

＝ 材料・分量 ＝

太巻き寿司

材料名	分量（g）
御飯	160g
酢	12g
砂糖	3g
塩	0.5g
焼き海苔	1g
桜でんぶ	1g
きゅうり	10g
にんじん	10g
かんぴょう(乾)	2g
だし汁	20ml
しょうゆ	1g
砂糖	1g
厚焼きたまご	8g
パック醤油	3g

清まし汁

材料名	分量（g）
生麩	5g
糸みつば	3g
しょうゆ	0.8g
塩	0.4g
だし汁	150ml
濃厚かつおだし	0.5g

ブリの照り焼き

材料名	分量（g）
ブリ	60g

砂糖	2g
みりん	2g
しょうゆ	5g
植物油	1g
(付け合せ) ピリ辛炒め	
れんこん	5g
大根	5g
いんげん	5g
料理酒	1g
しょうゆ	1g
みりん	1g
こしょう	適量
テンメンジャン	0.2g
ごま油	0.2g

せりの胡麻和え

材料名	分量 (g)
せり	40g
にんじん	10g
練り胡麻	3g
しょうゆ	2g
砂糖	1g
だし汁	0.3g

かぶのそぼろあんかけ

材料名	分量 (g)
かぶ	50g
鶏挽肉	10g
しょうゆ	5g
砂糖	1.5g
みりん	2g
だし汁	30ml
片栗粉	0.5g
かぶの葉	5g

イチゴババロア

材料名	分量 (g)
-----	--------

パパアの素(イチゴ)	15g
牛乳	40ml
水	20ml
イチゴ	10g
イチゴソース	5g
生クリーム	5g
節分豆	
材料名	分量 (g)
節分豆	3g