

2月の献立表

日	月	火	水	木	金	土	
					1 ごはん マーボー春雨 ひじきサラダ いら玉 中華スープ 762kcal 3.7g	2 ごはん バーベキューチキン ポテトサラダ マカロニツナ コンソメスープ 711kcal 2.3g	3 休園日
4	5	6	7	8	9	10	
休園日	しょうゆラーメン 中華くらげ クリームコロッケ おにぎり 727kcal 6.1g	ごはん 酢鶏 もやしナムル 春雨スープ デザート (杏仁豆腐) 724kcal 3.1g	ポークハヤシライス ごぼうサラダ 野菜炒め コンソメスープ 862kcal 4.5g	牛丼 冷ややっこねぎ塩だれ たけのこと れんこんのきんぴら すまし汁 781kcal 3.4g	ごはん 今月のフェアメニュー ロースとんかつの ハニーマスタードトマトソース 青梗菜の土佐あえ こんにゃくの炒めもの みそ汁 730kcal 3.6g	休園日	
11	12	13	14	15	16	17	
建国記念の日	振りかえきゅうじつ 振替休日	ごはん 豚肉の柚子こしょう炒め とろろ芋 絹厚揚げ みそ汁 711kcal 3.5g	ごはん つくねハンバーグ 水菜とえのきのお浸し すまし汁 フルーツ (バナナ) 662kcal 3.2g	ごはん 赤魚の竜田焼き ぬた和え ちくわの黒ごま揚げ みそ汁 735kcal 4.0g	えびレタスチャーハン ほたてフライ添え ブロッコリーサラダ 肉団子の中華煮 水ギョーザのスープ 802kcal 4.9g	休園日	
18	19	20	21	22	23	24	
休園日	ごはん ぶりの煮つけ めかぶオクラ 温野菜オイマヨソース かきたま汁 728kcal 3.5g	ごはん おでん 白菜のポン酢あえ 春雨の炒めもの えびつみれのすまし汁 817kcal 4.1g	茄子のボロネーゼライス 海藻サラダ さつまいものレモン煮 コンソメスープ 743kcal 3.5g	ごはん セレクトメニュー A プルコギ B 豚ばらと根菜の煮もの 大豆フライ みそ汁 デザート (グレープゼリー) A853・4.1 B707・3.4	てんのうたんじょうび 天皇誕生日	休園日	
25	26	27	28	29			
休園日	ごはん すき焼き煮 いんげんのごま和え 切干大根の煮もの みそ汁 641kcal 3.5g	ごはん さわらの幽庵焼き きゅうりと かにかまの酢のもの 牛肉しぐれ煮 すまし汁 726kcal 3.4g	ロールパン ウィナーポトフ キャベツの 和風マヨサラダ キッシュ風 牛乳 793kcal 4.8g	炊き込みごはん あさりと おくらの和えもの 茄子揚げ煮 豚汁 690kcal 5.2g			

※下にエネルギー量 (kcal)と塩分量(g) を表示しています。

港 育 成 園 ・ 港 第 二 育 成 園