

2がつのこんだて

玉川福祉作業所

1日 金曜日

<節分メニュー>

☆恵方巻
(鶏五目&ツナ)

☆トマトサラダ

☆みそ汁

☆紅茶ゼリー



655kcal

2月のバレンタインメニューに函館の名物料理をとりいれました。函館は海に囲まれている土地であり、新鮮な海の幸を使用した海鮮丼などが有名ですが、開港都市として外国の文化がいち早く伝わったことから、様々な洋食文化も発展してきました。今回給食で提供するのは、函館市で有名な洋食メニューのうちのひとつ「シスコライス」です。「シスコライス」はバターライスの上にソーセージがのって、上からミートソースがかかったアメリカンな料理です。「シスコライス」というちょっと変わった料理名の由来は、シスコライスを提供しているお店の店長さんがサンフランシスコで食べていた料理ということからだそうです。バレンタインメニューということで、盛りつけにも一工夫しています。お楽しみに♪

☆2月の平均栄養給与量 659 kcal (目標栄養給与量 650kcal)

4日 月曜日	5日 火曜日	6日 水曜日	7日 木曜日	8日 金曜日
☆ごはん ☆ミックスフライ (エビフライ、かにコロケ 白身魚) 付け合せ キャベツ ☆アスパラのソテー ☆スープ☆ぶどうゼリー 712kcal	☆おでんうどん ☆なすのみそ炒め ☆小松菜のくるみ和え ☆パイナップル  654kcal	☆にら肉丼 ☆里芋のかにあんかけ ☆かぶの中華風浅漬け ☆中華スープ 661kcal	☆ロールパン&黒糖ロール ☆りんごジャム ☆魚のブイヤベース風 ☆スパゲティサラダ ☆ヨーグルトババロア 652kcal	☆ごはん(金芽米) ☆鶏肉の照り焼き ☆大豆とがんともの煮物 ☆大根と水菜のサラダ ☆みそ汁 638kcal
11日 月曜日	12日 火曜日	13日 水曜日	14日 木曜日	15日 金曜日
けんこくきねん ひ 建国記念の日 	☆ごはん ☆魚のゆかり天 ☆ちくわの煮物 ☆白菜の梅和え ☆みそ汁 660kcal	☆タン麺 ☆揚げ餃子 ☆チンゲン菜の中華和え ☆バナナ 653kcal	<バレンタインメニュー> ☆シスコライス ☆ハムポテサラフリッター ☆スープ ☆チョコレートババロア 708kcal	☆ごはん(金芽米) ☆魚の南部焼き ☆さつまいもの甘煮 ☆ひじきサラダ ☆みそ汁  663kcal
18日 月曜日	19日 火曜日	20日 水曜日	21日 木曜日	22日 金曜日
☆ごはん ☆魚のムニエル クリームソース ☆かぼちゃのソテー ☆スープ ☆オレンジゼリー 637kcal	☆ごはん ☆牛肉の炒め物 おろしポン酢 ☆ベークドマッシュポテト ☆根菜汁 ☆キウイフルーツ 654kcal	☆かけそば ☆れんこんかき揚げ ☆大根の金平 ☆なすの薬味和え  652kcal	☆ごはん(金芽米) ☆チキンの和風ハンバーグ ☆揚げだし豆腐 ☆野菜サラダ ☆みそ汁  670kcal	☆ごはん ☆魚の中華風揚げ煮 ☆麻婆ほうれん草 ☆中華スープ ☆マンゴープリン 630kcal
25日 月曜日	26日 火曜日	27日 水曜日	28日 木曜日	☆2月1日(金)は節分メニューです。今年の恵方巻は鶏ひき肉の五目恵方巻とツナとえびが入った2種類の恵方巻きです。 
<ハーフ&ハーフ> ☆ごはん(金芽米) ☆海老カツ&鶏肉のピカタ 付け合わせ 生野菜 ☆カリフラワーのコンソメ煮 ☆みそ汁☆青りんごゼリー 695kcal	☆韓国風三色丼 ☆タツリタン (鶏と野菜の甘辛煮) ☆菜の花の海苔和え ☆スープ 673kcal	☆ほうれん草とベーコンのクリームスパゲティ ☆トマトとズッキーニのマヨネーズ焼き ☆シーフードサラダ ☆スープ 641kcal	<選択メニュー> ①カレードリア ②オムライス きのこトマトソース ☆野菜のガーリックソテー ☆スープ ☆ストロベリーババロア ①651kcal②660kcal	