

献立予定表(3月度)

					1(木)	2(金)	3(土)
朝					ごはん	ごはん	ロールパン
					茶わん蒸し	納豆・温泉卵	フルーツ盛り合わせ
					味噌汁	味噌汁・味付けのり	野菜スープ
					ふりかけ・牛乳	牛乳	牛乳
昼					ごはん	ごはん	ちらしずし
					からあげ	クリームシチュー	のっぺいうどん
					イカもやし炒め	牛肉コロッケ	タコキムチ
					にらまんじゅう	サラダ	
タ					ごはん	ごはん	ごはん
					牛肉のオイスター炒め	魚の竜田揚げ	ポークピカタ
					がんもの煮つけ	ビーフソテー	スパ酢和え
					ピーナツ和え	胡麻和え	サラダ
	4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
朝	ごはん	食パン	ごはん	クリームパン	ごはん	ごはん	コーンフレーク
	じゃこてん・人参金平	ハッシュドポテト	厚焼き玉子	ミニバーグ	納豆・温泉卵	焼ししゃも	マカロニサラダ
	味噌汁・味付けのり	コンソメスープ	味噌汁・ふりかけ	コンソメスープ	味噌汁・のり佃煮	味噌汁・ふりかけ	野菜スープ
	牛乳	牛乳	牛乳	グルト・牛乳	牛乳	牛乳	野菜ジュース
昼	マーボー丼	チャーハン	ごはん	チーズカレー	ごはん	ごはん	わかめごはん
	わかめスープ	餃子	鶏肉さっぱり大根	サラダバイキング	魚のフライタルタルソース	豚肉と卵の炒め	とんこつラーメン
	杏仁豆腐	卵スープ	南瓜の煮物	デザート	かぶのそぼろ煮	ひじきの煮物	一口白身フライ
			三色和え・赤だし	牛乳	もやし和え・さくらもち	酢もの	
タ	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	魚の味噌煮	豚しゃぶ	焼き魚	水餃子	鶏肉のトマトソース煮	おでん	煮魚
	肉じゃが	煮やっこ	いそべ和え	春巻き	生野菜サラダ	さつまいもの天ぷら	五目煮
	オニオンボン酢	サラダ・けんちん汁	豚の角煮・つけもの	サラダ	豆腐ハンバーグ		若鶏レモンバジル風味
	11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
朝	お茶漬け	食パン	ごはん	サンドイッチ	ごはん	ごはん	ホットケーキ
	漬物	ウィンナー	八幡巻	ポテトサラダ	サバの塩焼き	納豆・温泉卵	フルーツポンチ
	ゆで卵	コーンスープ	さつまいも汁	オニオンスープ	豚汁	味噌汁	コンソメスープ
	牛乳	牛乳	ふりかけ・牛乳	牛乳	味付けのり・牛乳	のり佃煮・牛乳	牛乳
昼	親子丼	ごはん	ごはん	ポークカレー	五穀米	ごはん	紅サケ菜飯
	味噌汁	サケのチーズ焼き	ビーフステーキ	サラダバイキング	煮魚	ハンバーグ	肉うどん
	デザート	金平ごぼう	フライドポテト・スープ	デザート	揚げ出し豆腐	エビフライ サラダ	イカ天ぷら
		海藻サラダ・ぜんざい	カルボナーラサラダ	牛乳	和え物・清まし汁	ミネストローネ	
タ	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	
	ビーフシチュー	豚肉の生姜焼き	赤魚の天ぷら	タンドリーチキン	とんかつ	すきやき	
	ミニメンチカツ	和え物	パンパンジー	明太子スパ	ツナサラダ	野菜焼売	
		卵豆腐	里芋の煮物・つけもの	プチオムライス	切干大根の煮物		
	18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
朝							
昼							
タ							
	25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)
朝							
昼							
タ							