

献立予定表（ 3 月度）

	日曜日 2月24日	月曜日 2月25日	火曜日 2月26日	水曜日 2月27日	木曜日 2月28日	金曜日 3月1日	土曜日 3月2日
朝食	ホットケーキ ごはん スコッチエッグ コーンスープ 牛乳	ごはん 納豆 温泉卵 豚汁 牛乳	ごはん あんパン ウィンナー ツナマヨ 味噌汁 牛乳	きな粉トースト ごはん ジャーマンポテト コンソメスープ 牛乳	ごはん バターロール 納豆 肉豆腐 味噌汁 牛乳	ジャムパン ごはん 具だくさん野菜スープ ヨーグルト 牛乳	モーニングカレー 食パン 漬物 牛乳
	561	906	935	479	981	757	792
	親子あんかけ丼 漬物 味噌汁	ごはん ミートスパゲッティ エビフライ 付け野菜 ジュース	わかめごはん サバの味噌煮 豚バラ大根 辛し和え ぜんざい	チーズカレー サラダバイキング デザート 牛乳	ごはん オイスターソース炒め 大学芋 胡瓜の酢物	ピラフ 照り焼きチキン 付け野菜 わかめスープ	ごはん 担々麺 小龍包 ふりかけ
	956	1519	1228	1266	1456	1021	1441
夕食	ごはん ポトフ カレーコロッケ 付け野菜	ごはん からあげ 付け野菜 餅巾着 フルーツ	ごはん 煮込みハンバーグ 野菜のグラッセ 海藻サラダ	ごはん チゲ鍋 やわらかトシカツ 付け野菜	ごはん 魚の天ぷら ビーフンソテー マカロニサラダ かき玉汁	ごはん すき焼き風 温泉卵 うどん サラダバイキング	ごはん 豚肉の竜田揚げ さつま芋の甘煮 ゆかり和え
	1180	1225	951	1332	1044	1354	1184
	2697	3650	3114	3077	3481	3132	3417
	総カロリー 夜食	総カロリー 夜食	総カロリー 夜食	総カロリー 夜食	総カロリー 夜食	総カロリー 夜食	総カロリー 夜食
朝食	てりやきバーガー 3月3日	カレーライス 3月4日	ぶっかけうどん 3月5日	鶏肉の竜田揚げ丼 3月6日	カツサンド 3月7日	きつねうどん 3月8日	豚肉の焼肉丼 3月9日
	チョココロネ ごはん スクランブルエッグ コンソメスープ 牛乳	のり茶漬け 漬物 サバの塩焼き 牛乳	ごはん クリームパン 納豆 ウィンナー 味噌汁 牛乳	小倉トースト ごはん フランクフルト 中華スープ 牛乳	ごはん 穀物ロール ポトフ チーズインハンバーグ 味噌汁 牛乳	カレーパン ごはん ポトフ ヨーグルト 牛乳	ごはん バターロール 目玉焼き 韓国風スープ フルーツ 牛乳
	402	808	849	516	738	635	673
	豚丼 漬物 味噌汁	ごはん 包み焼きハンバーグ ナポリタン カルボナーラサラダ デザート	ごはん 白身魚の焼肉ソース 野菜炒め フルーツ 卵スープ	ビーフカレー サラダバイキング デザート 牛乳	ごはん 和風パスタ エビ寄せフライ 付け野菜 ジュース	ごはん チンジャオロース 桃まん ナムル	ごはん 鶏南蛮うどん ミニかき揚げ ふりかけ
夕食	1240	976	937	1144	1169	997	934
	ごはん 鶏肉の味噌焼き 筑前煮 白菜とカニカマの和え物	ごはん 豚肉の柳川風 肉じゃがコロッケ 付け野菜 杏仁フルーツ	ごはん ごま塩からあげ さつま揚げの煮物 キャベツとツナの和え物	ごはん 醤油鍋 たこ焼き 付け野菜	ごはん どんかつ レンコンの炒め物 フルーツ 味噌汁	郷土料理 血うどん 海鮮大焼売 デザート	ごはん 鯉のマッシュポテト焼き ビーフンソテー 枝豆 味噌汁
	1336	1405	1098	1164	1602	1169	1071
	2978	3189	2884	2824	3509	2801	2678
朝食	てりやきバーガー 3月10日	カレーライス 3月11日	ぶっかけうどん 3月12日	鶏肉の竜田揚げ丼 3月13日	カツサンド 3月14日	きつねうどん 3月15日	豚肉の焼肉丼 3月16日
	バイキング ごはん フライドポテト・ウィンナー チキンナゲット・ミニハンバーグ サラダ・フルーツ・味噌汁 牛乳	ごはん 納豆 温泉卵 けんちん汁 牛乳	おにぎり 豚汁 ゼリー	シュガートースト ごはん スコッチエッグ コーンスープ 牛乳	ごはん バターロール 納豆 ミニ肉まん 味噌汁 牛乳	チョコチップメロンパン ごはん ミネストローネ ヨーグルト 牛乳	ごはん 食パン 野菜つくね キムチスープ フルーツ 牛乳
	930	716	550	410	738	729	748
	ビビンバ丼 温泉卵 わかめスープ	ごはん 豚肉と卵の炒め物 里芋のそぼろ煮 ハムと胡瓜の和え物	食育 ごはん 鰯の西京焼き 肉じゃが 桜えびの和え物 味噌汁 いちご	カツカレー サラダバイキング デザート 牛乳	オムライス コーンコロッケ 付け野菜 中華スープ	ごはん グラタン フライドチキン 付け野菜 卵スープ	ごはん 味噌ラーメン 揚げ餃子 ふりかけ
夕食	985	1299	1035	1264	1022	1363	1181
	ごはん 豚ロースの照り焼き 筑前煮 三色和え	ごはん チキン南蛮 きのこスパゲッティ 海藻サラダ	ごはん クリームシチュー ミニピザ 付け野菜	ごはん 麻婆豆腐 春巻き 付け野菜	ごはん 煮込みハンバーグ ポテトの醤油炒め カルボナーラサラダ	ごはん サバの竜田揚げ レタスと卵の炒め物 フルーツ 味噌汁	菜めし 鶏肉の和風ソース 厚揚げの煮物 竹輪の和え物
	1208	1219	1306	1192	1251	1125	1242
	3123	3234	2891	2866	3011	3217	3171
朝食	てりやきバーガー 3月17日	カレーライス 3月18日	ぶっかけうどん 3月19日	鶏肉の竜田揚げ丼 3月20日	カツサンド 3月21日	きつねうどん 3月22日	豚肉の焼肉丼 3月23日
	ホワイトデニッシュショコラ ごはん アメリカンドッグ 中華スープ 牛乳						
	572						
	ロコモコ丼 白菜スープ						
夕食	1031						
朝食	1603	0	0	0	0	0	0
	てりやきバーガー 3月24日	カレーライス 3月25日	ぶっかけうどん 3月26日	鶏肉の竜田揚げ丼 3月27日	カツサンド 3月28日	きつねうどん 3月29日	豚肉の焼肉丼 3月30日
夕食							
朝食	0	0	0	0	0	0	0
	てりやきバーガー 3月31日	カレーライス	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	カツサンド	きつねうどん	豚肉の焼肉丼
夕食							
朝食	0	0	0	0	0	0	0
	てりやきバーガー	カレーライス	ぶっかけうどん	鶏肉の竜田揚げ丼	カツサンド	きつねうどん	豚肉の焼肉丼

☆献立について☆

◆朝食

・毎週月曜日・火曜日・木曜日・土曜日は**ご飯の日**！！  
ご飯食に合わせたおかずとなっております。

・毎週日曜日・水曜日・金曜日は**パンの日**！！  
パン食に合わせたおかずとなっております。