

# 献立表

期間:2024/3/1~2024/3/31

	日	月	火	水	木	金	土	
						1	2	
朝食							食パン いちごジャム ごぼうサラダ 飲むヨーグルト マンゴー缶	パンバイキング キャベツのサラダ 牛乳 パン
昼食							赤飯 白身魚のゆかり焼き 根菜の甘辛炒め煮 味噌汁	米飯 麻婆豆腐 もやしのナムル 中華スープ
夕食							米飯 鶏肉の治部煮 小松菜とカニカマのマヨ和え かき玉汁	米飯 がらの香草パン粉焼き カリフラワーのサラダ 味噌汁
3時							黒糖まんじゅう	リンゴゼリー
	3	4	5	6	7	8	9	
朝食	バターロール はちみつ 白菜のおかか和え 飲むヨーグルト ミックスフルーツ缶	クリームエスカルゴ 白菜のマヨネーズ和え 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(桜漬け) 煮豆(大豆昆布) 味噌汁(ふ) 牛乳	バターロール いちごジャム ほうれん草のソテー 飲むヨーグルト マンゴー缶	米飯 漬物(ツボ漬け) 菊菜のおかか和え 味噌汁 牛乳	食パン りんごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト みかん缶	卵雑炊 ほうれん草の煮浸し 牛乳 バナナ	
昼食	*ひな祭り* 散らし寿司 菜の花の和え物 三色花ゼリー 鯛のつみれ汁	米飯 白身魚の照り焼き 青梗菜のソテー 味噌汁	米飯 鶏のはちみつ風味焼き 炒りどうふ 味噌汁	米飯 豚肉のオイスター炒め 大根の柚子和え 味噌汁	☆ミンチカツの日☆ 米飯 ミンチカツ 春野菜の梅サラダ 味噌汁	郷土料理*愛知* ふりかけごはん きしめん 白菜のゆず明太和え 洋ナシ缶	米飯 鶏肉のポテト焼き なすの煮物 コンソメスープ	
夕食	米飯 白身魚の生姜焼き 竹輪の磯辺揚げ 味噌汁	米飯 ポークチャップ風 しろ菜のピナツ和え みそ汁	米飯 林の味噌煮 蓮根のきんぴら 清汁	米飯 白身魚のごまだれ焼き マカロニサラダ わかめと人参のみそ汁	米飯 鱈のワイン蒸し しろ菜の和え物 中華風オニオンスープ	米飯 ふくさ卵 生姜あんかけ とりときゅうりの和え物 清汁	米飯 白身魚の煮つけ ピーマン炒め 味噌汁	
3時	桃タルト	ミルク饅頭	ドーナツ	パームクレーン	栗まんじゅう	バタークッキー	マーブルケーキ	
	10	11	12	13	14	15	16	
朝食	バターロール いちごジャム マカロニサラダ 飲むヨーグルト オレンジ	クリームエスカルゴ スパゲッティサラダ 飲むヨーグルト パン	米飯 漬物(赤かっぱ) ひじき煮 味噌汁(揚げ) 牛乳	バターロール りんごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(刻みたくあん) 小松菜の和え物 味噌汁 牛乳	食パン いちごジャム クリーミーポテト 飲むヨーグルト 洋ナシ缶	パンバイキング しろ菜の柚子和え 牛乳 バナナ	
昼食	*旬の食材 若布* 米飯 豚肉のしぐれ煮 わかめのかき揚げ 味噌汁	☆防災の日☆ 米飯 すき焼風煮 ジャーマンポテト 味噌汁	ふりかけごはん 焼きそば カリフラワーのサラダ 味噌汁	米飯 鶏肉のポン酢炒め 大根の煮物 味噌汁	ハヤシライス ホタテのフライ ミモザサラダ	米飯 鱈の照焼 里芋と竹輪の煮物 豆腐と山菜のすまし汁	米飯 チンジャオロース ブロッコリーの和え 中華スープ	
夕食	米飯 アジのムニエル ストップエドワの卵ソテー コンソメスープ	米飯 親子煮 春雨の酢の物 清汁	米飯 ホキの竜田揚げ 菜の花の胡麻ドレ和え 中華スープ	米飯 がらの有馬煮 しろ菜の生姜和え みそ汁	米飯 白身魚の照り焼き 白菜の胡麻醤油和え 味噌汁	米飯 鶏肉と茄子の味噌炒め おぐらの酢の物 清汁	米飯 白身魚のカレーチーズ焼き かかま入りスクランブルエッグ 清汁	
3時	コーヒゼリー	カロリーメイト	薄皮饅頭	プッシュクリーム	イチゴムース	長崎カステラ	鯛まんじゅう	
	17	18	19	20	21	22	23	
朝食	バターロール はちみつ 玉葱サラダ 飲むヨーグルト みかん缶	クリームエスカルゴ 小松菜サラダ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(しその実漬) 大根の煮物 味噌汁 牛乳	バターロール はちみつ チンゲン菜の煮浸し 飲むヨーグルト ミカン缶	米飯 漬物(青かっぱ) キャベツの和え物 味噌汁 牛乳	食パン りんごジャム 大根サラダ 飲むヨーグルト バナナ	かに雑炊 菜の花のお浸し 牛乳 ミックスフルーツ缶	
昼食	米飯 鱈の山椒焼き チンゲン菜のお浸し みそ汁	米飯 白身魚のカレー風味唐揚げ ツナ和え 味噌汁	米飯 鶏肉のマーメイド焼き かき揚げの和え コンソメスープ	*春分の日* 豆御飯 鱈の木の芽味噌煮 菜の花のからし和え 清汁	米飯 韓国風肉じゃが ナムル ワンタンスープ	☆健康米:十穀米☆ 十穀米 鶏肉のわさびしょうゆ焼 しろ菜のおかか和え 味噌汁	米飯 鱈の竜田揚げ ストップエドワのソテー 味噌汁	
夕食	米飯 煮込みハンバーグ 胡瓜のさっぱり和え コンソメスープ	米飯 豚肉のくわ焼 ほうれん草のサラダ 味噌汁	米飯 白身魚の幽庵焼き 南瓜いとこ煮 味噌汁	米飯 ミートローフ しらす和え 味噌汁	米飯 家常豆腐 茄子の胡麻味噌煮 清汁(とろろ)	米飯 鱈の塩麹ゆかり焼き 炒りどうふ 味噌汁	米飯 牛肉の香味焼き 高野豆腐の卵とじ 味噌汁	
3時	ベビーあんドーナツ	黒糖ケーキ	青りんごゼリー	レモンケーキ	メープルプーチケーキ	抹茶カステラ	もみじ饅頭	
	24	25	26	27	28	29	30	
朝食	バターロール いちごジャム 野菜のコンソメ煮 飲むヨーグルト マンゴー缶	クリームエスカルゴ クリーミーポテトサラダ 飲むヨーグルト パン缶	米飯 漬物(刻みたくあん) 千切り大根の煮物 味噌汁 牛乳	バターロール りんごジャム スクランブルエッグ 飲むヨーグルト オレンジ	米飯 漬物(ツボ漬け) じゃが芋のクリーム煮 味噌汁 牛乳	食パン いちごジャム ごぼうサラダ 飲むヨーグルト マンゴー缶	鮭雑炊 菜の花と竹輪の煮物 牛乳 パン	
昼食	米飯 ポークビーンズ コーンコロッセ コンソメスープ	米飯 林ソテーの中華ソース 小松菜の錦糸和え 味噌汁	米飯 カニクリームコロッケ かき揚げのサラダ パン缶	☆桜の日☆ 桜寿司 豚肉とさつま芋の煮物 黄桃缶 すまし汁	*旬の食材 若布* ゆかり御飯 わかめラーメン ぜんまい煮 ブドウゼリー	ポークカレー 南瓜サラダ キャベツとソーセージの炒めもの 福神漬	米飯 魚の唐揚げお酢野菜かけ ピーナツ和え 味噌汁	
夕食	米飯 白身魚の和風ムニエル 小松菜と竹輪の和え物 味噌汁	米飯 がらの照り煮 キャベツのソテー 味噌汁	米飯 スパニッシュオムレツ 青梗菜の和え物 コンソメスープ	米飯 鱈の山椒煮 もやしの胡麻和え 味噌汁	米飯 筑前煮 白菜の甘酢和え 清汁	米飯 シルバ-のかば焼き 柚子煮豆腐 味噌汁	米飯 牛肉とこんにゃくのみそ煮 豆腐の卵炒め すまし汁	
3時	いちごプッシュ	ヨーグルト	抹茶パウム	桜ゼリー	もっちゃんイチゴ	チョコチップクッキー	野菜カステラ	
	31							
朝食	バターロール はちみつ 白菜のおかか和え 飲むヨーグルト ミックスフルーツ缶							
昼食	米飯 豚肉とピーマンの炒め物 大根サラダ 清汁							
夕食	米飯 白身魚の和風ムニエル 春雨サラダ 味噌汁							
3時	りんごプーチケーキ							