

令和5年3月予定献立表

昼食箇所は選択メニューになっております。

		3月1日	3月2日	3月3日	3月4日	3月5日
		水	木	金	土	日
朝		パン あんずジャム コンソメスープ ポークビーンズ たまごサラダ 牛乳	御飯 味噌汁 だし巻き卵 畑菜のおかか和え 梅干 牛乳	御飯 味噌汁 納豆 里芋のそぼろ煮 漬物 牛乳	パン メイプルシロップ コンソメスープ チキンオムレツ グリーンサラダ 牛乳	御飯 味噌汁 鰯の塩焼き ほうれん草の二色浸し のり佃煮 牛乳
昼		御飯 すまし汁 鶏肉の洋風煮 白身魚のクリームかけ 大根のべっこう煮 南瓜サラダ コンポート	御飯 中華スープ ポークソテー めばるの香味焼き 切昆布の煮物 もやしの和え物 漬物	ひな祭り献立 海鮮ちらし すまし汁 花茶巾の煮物 菜の花の辛子和え 浅漬け	御飯 すまし汁 鶏肉の生姜炒め シーフードカレー 金平ごぼう かぶの酢の物 コンポート	御飯 味噌汁 鰯の西京焼き ミートローフ ひじきの炒り煮 和風サラダ あみ佃煮
おやつ		焼きプリンタルト 牛乳	バームロール 牛乳	ひな祭りおやつ 牛乳	ソフトサラダ 牛乳	いちご蒸しケーキ 牛乳
夕		御飯 味噌汁 鰯の柚庵焼き 五目炒り煮 漬物	御飯 味噌汁 鰯の煮付け なすの揚げ浸し コンポート	御飯 味噌汁 和風ハンバーグ 野菜とツナの和え物 漬物	御飯 味噌汁 豚肉とピーマン炒め物 白菜のサラダ 胡瓜漬	御飯 すまし汁 すき焼き風煮込み チンゲン菜浸し コンポート

	3月6日	3月7日	3月8日	3月9日	3月10日	3月11日	3月12日
	月	火	水	木	金	土	日
朝	麦御飯 味噌汁 豆腐サンドの煮物 とろろ芋 梅干 牛乳	御飯 味噌汁 竹輪の煮物 胡瓜と麩の酢の物 ふりかけ 牛乳	パン いちごジャム コンソメスープ トマト肉団子 コールスローサラダ 牛乳	御飯 味噌汁 がんも詰め煮 青菜のおかか和え えびみそ 牛乳	御飯 味噌汁 かに風味卵焼き 春菊の磯和え 漬物 牛乳	パン ブルーベリージャム パンブキンスープ ジャーマンポテト フレンチサラダ 牛乳	御飯 味噌汁 うまい菜の煮浸し 納豆 漬物 牛乳
昼	御飯 コンソメスープ 鶏のパン粉焼き 鰯の照り焼き 野菜ソテー うまい菜ピーナツ和え コンポート	御飯 味噌汁 あんかけうどん 鰯の磯焼き 豆腐シュウマイ フルーツ	御飯 味噌汁 鶏肉の和風クリームかけ 白身魚の揚げ浸し さつま芋の甘煮 蒲鉾と白菜のわさび和え 漬物	御飯 もずくスープ ささみフライ&クロquette 鰯の五目あんかけ じゃが芋の詰め煮 小松菜の白和え コンポート	御飯 味噌汁 味噌けんちん汁 赤魚の煮付け 中華旨煮丼 茄子の味噌炒め 菜の花のお浸し 漬物	御飯 味噌汁 メバルキノコ蒸し 豚肉のスタミナ炒め 高野豆腐炊き合わせ もずく酢 きくらげ チョコ饅頭 牛乳	御飯 すまし汁 鰯の味噌マヨ焼き 油淋鶏 切昆布煮物 マカロニサラダ コンポート
おやつ	みかんゼリー 牛乳	スイートポテト 牛乳	ババロア 牛乳	焼きドーナツ 牛乳	白い風船2種 牛乳	チョコ饅頭 牛乳	マドレーヌ 牛乳
夕	御飯 味噌汁 豚バラ大根 ピーマンサラダ 昆布佃煮	御飯 すまし汁 白身魚の甘酢炒め フキと筍の煮物 かぶ柚子和え	御飯 味噌汁 白身魚のつけ焼き アスパラのそぼろ炒め コンポート	御飯 味噌汁 かれいのおろし煮 かぶと胡瓜梅肉和え 漬物	御飯 味噌汁 ほっけの塩焼き レバニラ炒め コンポート	御飯 味噌汁 たまごスープ 鶏肉の塩麹炒め 白菜の二色浸し コンポート	御飯 味噌汁 回鍋肉 厚揚げの生姜炒め 漬物

	3月13日	3月14日	3月15日	3月16日	3月17日	3月18日	3月19日
	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯 味噌汁 やわらかつみれ煮 ほうれん草胡麻和え たいみそ 牛乳	梅粥 味噌汁 豆腐揚げの煮物 菜の花のゴマドレ和え 牛乳	パン りんごジャム ポータージュース ウインナー野菜ソテー 春雨のサラダ 牛乳	御飯 味噌汁 温泉卵 小松菜の煮浸し 梅干 牛乳	御飯 味噌汁 五目豆煮 オクラなめ茸和え ふりかけ 牛乳	パン みかんジャム コンソメスープ はんぺんバター焼き スパサラダ 牛乳	御飯 味噌汁 厚揚げの詰め煮 きのこの白和え 漬物 牛乳
昼	御飯 味噌汁 豚肉の南部焼き 白身魚のピカタ 蓮根のきんぴら 小松菜と茸の浸し コンポート	御飯 味噌汁 鶏肉のマスタード焼き 鰯のカレームニエル 根菜煮 三つ葉ともやしのり和え コンポート	御飯 コンソメスープ ポークカレー ホキの香り蒸し カニクリームコロッケ 野菜サラダ フルーツヨーグルト	御飯 すまし汁 鰯の味噌煮 豚肉のオイスター炒め チンゲン菜信田煮 焼き茄子お浸し コンポート	御飯 すまし汁 チキンステーキ 鰯のフリッター 若竹煮 ブロッコリーサラダ フルーツ	御飯 味噌汁 赤魚の粕漬け焼き やきそば 焼き餃子あんかけ 大根の和風和え 漬物	御飯 中華スープ 八宝菜 鰯の葱ソース ふろふき大根 海藻サラダ 山椒ちりめん
おやつ	今川焼き 牛乳	ホワイトデーケーキ 牛乳	コアラのマーチ 牛乳	ドームケーキ 牛乳	バウムクーヘン 牛乳	プリン 牛乳	ワッフル 牛乳
夕	御飯 すまし汁 麻婆豆腐 畑菜の柑橘和え 漬物	御飯 すまし汁 鰯のしそ照り焼き 青菜のみぞれ和え 漬物	御飯 味噌汁 干草焼き 冬瓜のかにかまあん 漬物	御飯 すまし汁 鶏と根菜の炊き上げ 湯豆腐 うぐいす豆	御飯 味噌汁 メバルの煮付け キャベツくるみお浸し 浅漬け	御飯 味噌汁 鶏肉のトマト煮 畑菜のコンビーフソテー コンポート	御飯 味噌汁 肉団子の甘酢煮 ナムル コンポート

令和5年3月予定献立表

昼食箇所は選択メニューになっております。

	3月20日	3月21日	3月22日	3月23日	3月24日	3月25日	3月26日
	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯 味噌汁 トマトオムレツ チンゲン菜お浸し 漬物 牛乳	麦ごはん 味噌汁 肉詰めいなり煮物 三色とろろ芋 漬物 牛乳	パン チョコレートジャム コンソメスープ ミートボール サウザンサラダ 牛乳	御飯 味噌汁 シーフード卵焼き モロヘイヤのお浸し 梅干 牛乳	さつま芋の茶粥 味噌汁 つくね団子照り煮 豆サラダ 牛乳	パン マーマレードジャム コンソメスープ ポイルウインナー 野菜サラダ 牛乳	御飯 味噌汁 さつま揚げの煮浸し しらすおろし 漬物 牛乳
昼	御飯 すまし汁 鯖のみりん焼き 鶏と野菜の柚子胡椒炒め キャベツのかか煮 もやしの胡麻酢和え 金時豆	御飯 味噌汁 親子煮 鰯のピリ辛焼き 厚揚げと大根煮 小松菜ピーナツ和え コンポート	御飯 味噌汁 鮭のムニエル 鶏そぼろ三食井 南瓜の煮付け シルバーサラダ フルーツ	御飯 すまし汁 家常豆腐 ぶり大根 きのこ野菜オイスター炒め マカロニサラダ 漬物	御飯 味噌汁 チンジャオロース 鮭の南蛮漬け 里芋の含め煮 春菊のおかか和え コンポート	御飯 豚汁 鰯の塩焼き 鶏の照り焼き 切干大根煮物 青菜の辛し和え 漬物	御飯 コンソメスープ チーズインハンバーグ ホキのバター醤油焼き 茄子のトマト煮 ごぼうのサラダ コンポート
おやつ	水まんじゅう 牛乳	クッキー2種 牛乳	淡雪ゼリー 牛乳	苺スイスロール 牛乳	カステラ 牛乳	シュークリーム 牛乳	黒糖饅頭 牛乳
夕	御飯 味噌汁 白身魚のタルタル焼き 根菜煮 漬物	御飯 すまし汁 白身魚の味噌焼き たけのこの高菜煮 きょうばき	御飯 味噌汁 豚野菜炒め ツナと野菜の和え物 白菜漬け	御飯 味噌汁 白身魚フライ 豆苗のマヨポン和え コンポート	御飯 すまし汁 たらちんのちゃんちゃん焼き ブロッコリー卵あん 漬物	御飯 味噌汁 酢鶏 キャベツ生姜和え コンポート	御飯 味噌汁 赤魚の煮付け 大根の酢の物 しそ昆布佃煮

	3月27日	3月28日	3月29日	3月30日	3月31日	
	月	火	水	木	金	
朝	御飯 味噌汁 納豆 野菜ソテー 漬物 牛乳	御飯 味噌汁 竹輪の含め煮 青菜のお浸し うめびしお 牛乳	パン ピーナツジャム コンソメスープ オムレツ ポテトサラダ 牛乳	御飯 味噌汁 高野豆腐含め煮 キャベツ胡麻和え ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 炒り豆腐 オクラの中華和え 漬物 牛乳	
昼	御飯 かきたま汁 鰯の西京焼き 豚肉の生姜焼き 冬瓜の土佐煮 ほうれん草の白和え 漬物	御飯 味噌汁 揚げ出し豆腐あんかけ おかめそば 昆布の煮物 野菜の和風和え コンポート	御飯 すまし汁 豚肉の葱味噌焼き カレイの中華あんかけ 牛蒡の甘辛煮 ほうれん草のわさび和え 昆布豆	御飯 中華スープ 白身魚の薬味ソース 鶏のマヨ和え フキと筍炊き合わせ めかぶ和え フルーツ	御飯 たまごスープ キーマカレー ホキの甘酢あん カリフラワーソテー ひじきサラダ フルーツヨーグルト	
おやつ	フルーチェ 牛乳	チョコパイ 牛乳	どら焼き 牛乳	きなこプリン 牛乳	吹雪饅頭 牛乳	
夕	御飯 味噌汁 鯖の味噌煮 ふきの煮物 フルーツ	御飯 すまし汁 赤魚のザーサイ蒸し 里芋のそぼろあん 漬物	御飯 味噌汁 鮭の野菜蒸し 卵の花 コンポート	御飯 味噌汁 肉じゃが 大根の和風サラダ 漬物	御飯 味噌汁 鰯の生姜煮 胡瓜酢の物 コンポート	

朝					
昼					
おやつ					
夕					