

3月献立



1日(日)～7日(土)

	3月1日(日)	3月2日(月)	3月3日(火)	3月4日(水)
朝	ご飯 納豆 チンゲン菜の煮浸し あみえび佃煮 みそ汁(もやし・わかめ)	ご飯 しらすの卵とじ カリフラワーのオニオンサラダ うめびしお みそ汁(ネギ・えのき)	ご飯 つみれとかぶの煮物 春菊の胡麻和え たいみそ みそ汁(白菜・わかめ)	食パン オムレツ ソーゼージと野菜のソテー コンソメスープ(サツマイモ・青菜) 牛乳
昼	ご飯 豚肉のしぐれ煮 高野卵巻き フルーツ(カクテル缶) すまし汁(麩・トウモロコシ)	鶏南蛮そば 牛肉コロッケ 大根サラダ フルーツ(パイナップル缶)	☆ひな祭り☆ ちらし寿司 あさりと大根の炒め煮 菜の花のからし和え いちごプリン お吸い物(花麩・三つ葉)	菜飯 筑前煮 もやしに炒め ぶどうゼリー みそ汁(白菜・玉葱)
夕	ご飯 たらのコーンマヨ焼き 付)ブロッコリー ほうれん草のソテー 浅漬(かぶ) みそ汁(しめじ・南瓜)	ご飯 ポークチャップ ポテトサラダ きゅうりの塩昆布漬け コンソメスープ(コーン・わかめ)	ご飯 中華五目豆腐 もやしのカレーソテー 漬物(しば漬) 中華スープ(えのき・椎茸)	ご飯 白身魚フライ 付)キャベツ なすの含め煮 カリフラワーの甘酢漬け すまし汁(花麩・ねぎ)



	3月5日(木)	3月6日(金)	3月7日(土)
朝	ご飯 ベーコンとかぶのポトフ ブロッコリーのマヨ和え ふりかけ(さけ) みそ汁(大根・うずまき麩)	ご飯 厚焼き卵 小松菜の磯和え たいみそ みそ汁(白菜・油揚げ)	ご飯 がんもと大根の煮物 オクラのなめたけ和え ふりかけ(のりたま) みそ汁(しめじ・おつゆ麩)
昼	ご飯 さばの味噌煮 付)人参 若芽と白菜の酢の物 フルーツ(ミカン缶) すまし汁(とろろ昆布・豆苗)	ご飯 鶏肉のタルタル焼き 付)ブロッコリー ジャーマンポテト フルーツ(洋ナシ缶) コンソメスープ(ほうれん草・マッシュルーム)	ご飯 メヌケの野菜蒸し 絹揚げの中華あんかけ フルーツ(バナナ) 味噌汁(若布・葱)
夕	ご飯 回鍋肉 かに焼売 ザーサイ 中華スープ(えのき・椎茸)	ご飯 白身魚の梅肉焼き 付)いんげんソテー 青菜の煮浸し 香の物(しば漬) みそ汁(豆腐・葱)	ご飯 煮込みハンバーグ 付)スナップエンドウ もやしと卵の炒め物 うぐいす豆 コンソメスープ(白菜・大根葉)



3月3日(火)
ひなまつり



※献立内容は変更になる場合がございます。

3月献立



8日(日)~14日(土)

	3月8日(日)	3月9日(月)	3月10日(火)	3月11日(水)
朝	ご飯 卵の花 カリフラワーの梅肉和え たいみそ みそ汁(青梗菜・えのき)	ご飯 スクランブルエッグ 小松菜のお浸し ふりかけ(かつお) みそ汁(じゃがいも・大根葉)	ご飯 ミートボール(甘酢) ほうれん草のしらす和え のり佃煮 みそ汁(さつまいも・しめじ)	食パン 野菜炒め 花野菜のごまサラダ コンソメスープ 牛乳
昼	チキンカレー コールスローサラダ 香の物(福神漬) いちごプリン コンソメスープ(わかめ・青葉)	ご飯 白身魚のマスタード焼き 付)そら豆 切干大根煮 フルーツ(黄桃缶) みそ汁(おつゆ麩・長葱)	ご飯 ぶりの照り焼き 付)揚げなす 若竹煮 フルーツ(カクテル缶) すまし汁(青梗菜・エキ)	麦ご飯 たらの揚げ浸し 付)いんげん きざみ昆布の炒り煮 ぶどうゼリー みそ汁(じゃが芋・葱)
夕	ご飯 豚肉の甘味噌炒め いんげんの青じそ和え 浅漬け(かぶ) 中華スープ(春雨・ねぎ)	ご飯 鶏肉の玉葱ソース 玉葱ソース) 白菜のツナ和え 白花豆 コンソメスープ(かぶ・マッシュル)	ご飯 肉豆腐 カリフラワーのごま和え 香の物(しその実漬け) かき玉汁	ご飯 中華うま煮 エビ焼売 浅漬け(胡瓜) みそ汁(揚げ・青菜)
				

	3月12日(木)	3月13日(金)	3月14日(土)
朝	ご飯 がんと里芋の煮物 温泉卵 煮豆 みそ汁(玉葱・貝割れ)	ご飯 じゃが芋のそぼろ炒め 白菜のお浸し うめびしお みそ汁(椎茸・えのき)	ご飯 豆腐チャンプル ブロッコリーのポン酢和え ふりかけ(たらこ) みそ汁(里芋・若布)
昼	ご飯 鶏肉の香味焼き 付)ふかし芋 青梗菜のごま醤油和え フルーツ(パイン缶) すまし汁(はんぺん・葱)	ご飯 タンドリーチキン 付)スナップエンドウ マカロニサラダ いちごゼリー コンソメスープ(マッシュルーム・豆苗)	ご飯 スペインオムレツ 小松菜のソテー マスケットゼリー みそ汁(しめじ・葱)
夕	ご飯 さばの煮つけ 付)オクラ 萌黄和え 香の物(しば漬け) みそ汁(油揚げ・キャベツ)	ご飯 豚肉の生姜焼 付)キャベツ 切干大根サラダ 香の物(たくあん) みそ汁(ほうれん草・しめじ)	ご飯 あじの塩焼き 付)大根おろし ほうれん草ピーナッツ和え うぐいす豆 すまし汁(はんぺん・葱)
			

3月14日(土)



※献立内容は変更になる事がございます。

