

# 3 月 献 立 表

献立は都合により変更することがあります

		日	月	火	水	木	金 3/1	土 3/2
朝	A定食						ごはん かか入りサラダ* #199 鶏牛蒡 味噌汁 牛乳・豆乳	ごはん 小松菜のソテー 温泉卵 味噌汁 牛乳・豆乳
	B定食						ホットケーキ かか入りサラダ* #199 かぼちゃプリン 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	クロワッサンパン 小松菜のソテー フルーツヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー
昼							ごはん かじきの電田揚げ かぶのトロ口煮 すいとん汁	ごはん 豚肉キムチ炒め ほうれん草の白和え 味噌汁
夕							ごはん トマトずき焼き風 しらすと若布の酢の物 とろろの味噌汁	幕の内弁当
		3/3	3/4	3/5	3/6	3/7	3/8	3/9
朝	A定食	朝食セット	ごはん アロワタとチキンの炒め 挽き割り納豆 味噌汁 牛乳・豆乳	ごはん 塩野菜炒め サケ塩焼 味噌汁 牛乳・豆乳	ごはん 豚肉のソテー* #199 温泉卵 味噌汁 飲むR乳酪ヨーグルト	ごはん 和風サラダ* #199 れんこん金平 味噌汁 コーヒー・ミルク・豆乳	ごはん ウインナー* #199 辛子明太子 味噌汁 牛乳・豆乳	ごはん キャベツのツナ炒め さば塩焼 味噌汁 牛乳・豆乳
	B定食		ホットケーキ アロワタとチキンの炒め R乳酪ヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	ソフドカンパニー 塩野菜炒め 牛乳プリン 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	ロールパン 豚肉のソテー* #199 キウイフルーツ 飲むR乳酪ヨーグルト 紅茶・コーヒー	ロールパン 和風サラダ* #199 アロエヨーグルト コーヒー・ミルク・豆乳 紅茶・コーヒー	食パン ウインナー* #199 S乳酪ヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	ホットパン キャベツのツナ炒め プリン 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー
昼		ごはん チンジャオロース 胡瓜とツナの中華和え 白菜の中華スープ	唐揚げ丼 なげねは和え 豚汁	キャベツのクリームスープ* #199 カプレーゼ風サラダ ポトフ風スープ	ごはん もち豚ソテー 大根のサラダ コーンポタージュ オニオンソース	キーマカレー シーザーサラダ マンゴーヨーグルト	ちらし寿司 筑前煮 すまし汁 桜餅	特製幕の内弁当 緑茶ポトル
夕	携行食	ごはん 麻婆加子 棒々鶏風サラダ 白菜のスープ	ごはん 魚の明太マヨ焼き 根菜のきんぴら 味噌汁	ごはん 鶏の照焼き 水菜のおひたし けんちん汁	ごはん 鶏の照焼き 水菜のおひたし けんちん汁	牛丼 ごぼうサラダ 味噌汁	肉うどん かぼちゃのそぼろ煮 小松菜と油揚げの炒煮	幕の内弁当
		3/10	3/11	3/12	3/13	3/14	3/15	3/16
朝	A定食	朝食セット	ごはん アロワタとチキンの炒め 鶏牛蒡 味噌汁 コーヒー・ミルク・豆乳	ごはん 挽肉と野菜のソテー 温泉卵 味噌汁 牛乳・豆乳	ごはん チーズ入りサラダ* #199 納豆 味噌汁 牛乳・豆乳	ごはん あらびきホムステーキ 辛子明太子 味噌汁 乳酸菌飲料 (Y)	ごはん キャベツとかかのソテー 温泉卵 味噌汁 牛乳・豆乳	ごはん ほうれん草とコーンのソテー 挽き割り納豆 味噌汁 コーヒー・ミルク・豆乳
	B定食		クロワッサンパン アロワタとチキンの炒め なめらかプリン コーヒー・ミルク・豆乳 紅茶・コーヒー	ロールパン 挽肉と野菜のソテー R乳酪ヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	ホットケーキ チーズ入りサラダ* #199 アロエヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	ロールパン あらびきホムステーキ バナナ 乳酸菌飲料 (Y) 紅茶・コーヒー	ホットパン キャベツとかかのソテー 牛乳プリン 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	食パン ほうれん草とコーンのソテー フルーツヨーグルト コーヒー・ミルク・豆乳 紅茶・コーヒー
昼		チキントマト ブロccoliのサラダ コンソメスープ	ごはん 和風ハンバーグ ハッピーのサラダ* #199 味噌汁 付け合わせ	ごはん リソースステーキ 水菜とツナのサラダ オニオンスープ ステーキソース	ごはん 銀鱈の照焼き 肉じゃが (豚) 具だくさん汁	ハヤシライス かぼちゃサラダ コンソメスープ ゼリー	アボカドまぐろ丼 新玉ねぎサラダ なめこ汁 みかん	ごはん タンドリキチン 水菜とツナのサラダ オニオンスープ
夕	携行食	ごはん フルコキ キャベツとチキンの和え トマトとにらスープ	ごはん 鮭のカレームニエル イタリアンサラダ 根菜スープ	中華丼 もやしのかさばり和え 中華コンソメスープ	ごはん 鶏肉のみぞれかけ 白菜の酢味噌和え 味噌汁	ごはん 糸こんにゃく炒め 青梗菜とわかめの和え物 きのこのかき玉スープ	幕の内弁当	
		3/17	3/18	3/19	3/20	3/21	3/22	3/23
朝	A定食	朝食セット	ごはん アロワタとチキンの炒め サケ塩焼 味噌汁 牛乳・豆乳	ごはん アロワタとチキンの炒め 温泉卵 味噌汁 飲むR乳酪ヨーグルト	朝食セット	朝食セット	朝食セット	朝食セット
	B定食		ロールパン アロワタとチキンの炒め S乳酪ヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	ホットケーキ アロワタとチキンの炒め オレング 飲むR乳酪ヨーグルト 紅茶・コーヒー				
昼		お好み焼き 照り焼きチキンサラダ 味噌汁	カレーうどん ちくわの磯辺揚げ 切干大根のマヨ和え 乳酸菌飲料 (J)	鶏の飯 鶏のマーマレード焼き 春色サラダ 新玉葱の味噌汁 ぼたもち	携行食	日替わり弁当	日替わり弁当	携行食
夕	携行食	ごはん 鯖の文化干し 白菜の梅おかつ和え なめこの味噌汁	ごはん 鯖の文化干し 白菜の梅おかつ和え なめこの味噌汁	携行食	幕の内弁当	幕の内弁当	幕の内弁当	幕の内弁当
		3/24	3/25	3/26	3/27	3/28	3/29	3/30
朝	A定食	朝食セット	朝食セット	朝食セット	ごはん もやしのかい風味ソテー 鶏牛蒡 味噌汁 牛乳・豆乳	ごはん 挽肉入りサラダ* #199 れんこん金平 味噌汁 乳酸菌飲料 (Y)	ごはん おれつと法連草のソテー 焼たらこ 味噌汁 コーヒー・ミルク・豆乳	ごはん ウインナー* #199 温泉卵 味噌汁 牛乳・豆乳
	B定食				ホットパン もやしのかい風味ソテー R乳酪ヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー	ロールパン 挽肉入りサラダ* #199 ゴールドキウイ 乳酸菌飲料 (Y) 紅茶・コーヒー	ロールパン おれつと法連草のソテー S乳酪ヨーグルト コーヒー・ミルク・豆乳 紅茶・コーヒー	食パン ウインナー* #199 アロエヨーグルト 牛乳・豆乳 紅茶・コーヒー
昼	携行食	日替わり弁当	日替わり弁当	日替わり弁当	ポークカレー カレー風味 ハイザンスサラダ フルーツヨーグルト	ごはん ハニーバターチキン 新玉ねぎのサラダ 味噌汁	ジャンバラヤ風炒飯 ハッピーとハッピー* #199 コンソメスープ 冷凍パイナップル	ごはん 回鍋肉 中華春雨サラダ 生姜と葱の中華スープ
夕	携行食	幕の内弁当	幕の内弁当	幕の内弁当	幕の内弁当	幕の内弁当	幕の内弁当	幕の内弁当
		3/31						
朝	A定食	朝食セット						
	B定食							
昼		ごはん アジの南蛮漬け 厚揚げの肉みそサラダ 味噌汁						
夕	携行食							