

# 令和2年

## 3月の献立表

月	火	水	木	金	土
2	<b>3 (寿司SP)</b>	4	5	6	<b>7 (和風SP)</b>
米飯150g <small>味噌汁 (ふき・油揚げ)</small> サンマの梅煮 きんぴらごぼう	ちらし寿司 <small>あさりと菜の花の潮汁                      菊とわかめのそぼろあん煮</small>	米飯150g <small>味噌汁 (じゃがいも・しめじ)</small> チキンのバジル焼き かぶの昆布和え	米飯150g <small>吸い物 (板麩・しろ)</small> 豚肉のチャンチャン焼き さつまいも甘煮	あったかそうめん 春巻き 漬け物	わかめごはん 具だくさん豚汁 だし巻き玉子 漬け物
<b>9 (賞味会)</b>	10	11	<b>12 (中華SP)</b>	13	14
カツカレー とろ玉スープ 海藻サラダ 福神漬	米飯150g <small>吸い物 (花麩・しいたけ)</small> ホッケの塩焼き 玉子ときくらげ炒め	米飯150g <small>味噌汁 (大根・油揚げ)</small> 豚塩麴焼 かぼちゃ煮付け	肉あんかけチャーハン 春雨のごまスープ きのこのナムル 漬け物	米飯150g <small>清汁 (板麩・絹さや)</small> タラのホイル焼き 大根金平煮	味噌ラーメン なめこおくら 漬け物
16	17	18	19	20	21
米飯150g コンソメスープ <small>サケとマカロニのクリーム煮</small> カニカマサラダ	米飯150g 玉ねぎのスープ <small>ふんわり青のり唐揚げ</small> グリーンサラダ	塩焼きそば わかめスープ <small>シウマイ生姜あんかけ</small>	米飯150g <small>味噌汁 (花麩・しろ)</small> 赤魚の煮付 茶碗蒸し	だし活! 茶漬け <small>鶏肉のオイスター炒め</small> 菜の花のお浸し	中華丼 中華風スープ <small>ニラともやしの炒めナムル</small>
23	24	25	26	27	28
米飯150g <small>清汁 (高野豆腐・ねぎ)</small> 焼メンチカツ きのこパン粉焼	米飯150g わかめスープ チキンピカタ <small>ゆで野菜のシーザーサラダ</small>	米飯150g <small>味噌汁 (ごぼう・油揚げ)</small> 塩サバ <small>キャベツのピーナッツ和え</small>	たぬきそば 蒸しギョーザ 漬け物	米飯150g コンソメスープ チーズハンバーグ コーンサラダ	米飯150g けの汁 <small>イワシの生姜醤油焼き</small> もずく酢
30	31				
米飯150g <small>清汁 (しめじ・ねぎ)</small> 肉団子のチリソース イカとかぶの酢味噌和え	カレーライス コーンスープ <small>白菜のわさびマヨ和え</small> 福神漬				