

平成31年



3月の献立表

月	火	水	木	金	土
				1	2
				米飯150g 味噌汁 (あおさ・ねぎ) 鶏塩麴焼 大豆五目煮	あったかそうめん 厚揚げの味噌焼き 漬け物
				ようかん	桜蒸しパン
4	5	6	7	8 (中華SP)	9
米飯150g きのこスープ 白身魚フライ チーズサラダ	米飯150g 味噌汁 (絹さや・油揚げ) 豚肉の生姜焼 ポテトサラダ	米飯150g 清汁 (卵麩・しろ) 鶏肉のにんにく味噌炒め おくらとめかぶの酢の物	米飯150g 味噌汁 (じゃがいも・ねぎ) 筑前煮 もやしサラダ	あんかけ焼きそば カニ玉スープ 肉団子の甘酢あん 漬け物	米飯150g 吸い物 (あおさ・ねぎ) 豚しゃぶサラダ ニラと油揚げの玉子とじ
いちごプリン	たこやき	一口まんじゅう	はちみつヨーグルト	果物	ロールケーキ
11	12	13	14 (麺SP)	15	16 (和風SP)
米飯150g 吸い物 (花麩・わかめ) 赤魚と大根のごま味噌煮 青菜のわさび和え	カレーライス わかめスープ キャベツサラダ 福神漬け	米飯150g 吸い物 (とろろ昆布・ねぎ) 豚肉と筍の細切り炒め さつまいもサラダ	だし活! 煮干しラーメン 蒸しギョーザ もやしナムル	米飯150g ポテトスープ 豚肉の野菜巻フライ 豆苗のごまサラダ	豆ごはん せんべい汁 タラの南蛮漬 茶碗蒸し
カステラ	ほうじ茶プリン	みかんヨーグルト	チョコとクッキー	ホットケーキ	フルーツゼリー
18	19	20	21	22	23
カレー南蛮そば だし巻き卵 もやしの酢の物	米飯150g 味噌汁 (あおさ・しろ) サンマの蒲焼き 肉じゃが	米飯150g 白菜スープ ミートボールのトマト煮 マカロニサラダ	わかめご飯 たけのこのお吸い物 アジフライ 卵の花	[A]牛すき井 [B]親子井 かぼちゃの煮つけ 漬け物 味噌汁	米飯150g 中華風玉子スープ 八宝菜 もやしとぜんまいのナムル
蒸しケーキ	桃ヨーグルト	フルーツポンチ	一口まんじゅう	コーヒーゼリー	果物
25 (賞味会)	26	27	28	29	30
米飯150g けんちん汁 ポークチャップ ごぼうサラダ	かき揚げうどん いんげんとささみの味噌マヨ和え 漬け物	ひき肉のカレー わかめスープ レタスサラダ 福神漬	米飯150g 清汁 (高野豆腐・しろ) サバの味噌煮 切干大根の炒め煮	米飯150g コーンスープ チキンのデミソース煮 ブロッコリーのマヨポン酢	天茶づけ (梅・昆布) 蒸し鶏の辛子醤油 ひじき炒め煮
みかんヨーグルト	焼き芋	ミニドーナツ	果物	かぼちゃのおやき	蒸しケーキ

|

|

|

|

|

