

3月献立表

	日	月	火	水	木	金	土
朝	1	2	3	4	5	6	7
昼	1	2	3	4	5	6	7
お	1	2	3	4	5	6	7
夕	1	2	3	4	5	6	7
朝	8	9	10	11	12	13	14
昼	8	9	10	11	12	13	14
お	8	9	10	11	12	13	14
夕	8	9	10	11	12	13	14
朝	15	16	17	18	19	20	21
昼	15	16	17	18	19	20	21
お	15	16	17	18	19	20	21
夕	15	16	17	18	19	20	21

3月献立表

	22	23	24	25	26	27	28
朝	青菜粥 プレーンオムレツ 牛乳	青菜粥 高野豆腐のサイコロ煮 牛乳	青菜粥 でんぶ入りだし巻き卵 牛乳	青菜粥 大豆ミートハンバーグ(野菜ソース) 牛乳	青菜粥 インゲンとベーコンのソテー 牛乳	青菜粥 ほうれん草とツナのソテー 牛乳	青菜粥 かに玉 牛乳
昼	ごはん 豚肉のオイスター炒め れんこんと油揚げの煮物 切干大根と豆のマヨサラダ 味噌汁	きつねうどん ポテトサラダ フルーツ(白・黄桃)	めはり寿司風 ゆらの照り焼き 白才と豚肉の煮物 カリフラワーとコーンのサラダ 味噌汁	ごはん 焼き肉風 南瓜の含め煮 白才と大根葉のお浸し 味噌汁	散らし寿司 小松菜と絹揚げの炒め煮 味噌汁 フルーツ(マンゴー缶)	チキンカレー 福神漬 大根とコーンの和風ドレッシング フルーツ(パイ缶)	ごはん 豚肉とキャベツの野菜炒め えびつみれの煮物 インゲンとちりめんの和え物 味噌汁
お	杏仁豆腐のマンゴーソースかけ	しっとりどら焼き(こしあん)	豆乳パンナコッタ	おかしなバナナ	よもぎまんじゅう	喫茶 洋菓子・カルピス	ワッフル
夕	ごはん ゆずの山椒煮 たこふくさ焼き 白才の煮浸し 味噌汁	ごはん 白身魚の煮付け ふかしジャガ(ウイナー) キャベツとインゲンのごまドレサラダ 味噌汁	ごはん レモンチキン ひじきと油揚げの煮物 菜の花の和え物 味噌汁(そうめん) 青ねぎ	ごはん サケフライ 卵の花 キャベツとパプリカのパンパンドレッシング 味噌汁	ごはん 肉団子の和風あん 大豆とキャベツのじゃこ炒め さつま芋サラダ 味噌汁	ごはん 干草蒸し 里芋と豚肉の煮物 カリフラワーとパプリカのパンパンドレッシング 味噌汁	ごはん カレイのオムソース もやしと鶏肉の炒め物 玉子豆腐 味噌汁
朝	29 青菜粥 ポロニアソーセージ 牛乳	30 青菜粥 だし巻き卵 牛乳	31 青菜粥 ジャーマン南瓜(ベーコン) 牛乳				
昼	ごはん ブリア大根 金平ごぼう ブロッコリーと油揚げのおから和え 味噌汁	ごはん 煮込みハンバーグ キャベツとツナの炒め物 味噌汁 フルーツ(マンゴー缶)	ごはん クリームチキン ふかしジャガ(コーン) コールスローサラダ 味噌汁				
お	きな粉プリン	黒糖まんじゅう(白あん)	水ようかん				
夕	ごはん 蒸し鶏(ささみ) 小松菜とベーコンの炒め物 白才と平天の和え物 味噌汁	ごはん 鮭の塩焼き れんこんと昆布の煮物 カリフラワーのパンパンドレッシング 味噌汁	ごはん 赤魚の柚庵焼き 大根と豚肉の塩だしとろみ炒め うまい菜とえのきの中華ドレ和え 味噌汁				