

平成29年3月予定献立

		主食	主菜	副菜	汁物	デザート	
1	水	朝	ご飯	納豆	ひじきの煮物	みそ汁	-
		昼	じゃこご飯	鯖の塩麹焼き	青菜の胡麻和え	豚汁	ミルクみかんゼリー
		夕	ご飯	鶏のみぞれ唐揚げ	ゆかり和え	みそ汁	ピーチババロア
2	木	朝	ご飯	ソーセージソテー	ジャーマンポテト	みそ汁	-
		昼	ご飯	いかの辛味炒め	青菜のおかか和え	かきたま汁	クリームチーズゼリー
		夕	ご飯	豚肉の味噌漬け焼き	まめ豆マメサラダ	みそ汁	小豆ミルク寒
3	金	朝	パン	目玉焼き	-	野菜スープ	牛乳
		昼	ちらし寿司	鯖の竜田揚げ	カップ茶碗蒸し	菜の花の澄まし汁	ジョア/ひなあられ
		夕	ご飯	肉野菜炒め	わかめとキャベツのナムル	みそ汁	バナナババロア
4	土	朝	ご飯	ホッケの一夜干し	筑前煮	みそ汁	-
		昼	皿うどん		えび焼売	野菜スープ	メープルプリン
		夕	ご飯	ホキのフライ	青菜の香味醤油和え	みそ汁	黒ゴマプリン
5	日	朝	ご飯	厚焼き玉子	青菜と春雨の炒め物	みそ汁	-
		昼	ご飯	豚ときのこの生姜焼き	ほうれん草ともやしのナムル	かきたま汁	ヨーグルトゼリー
		夕	ご飯	たらの唐揚げ 野菜あんかけ	牛蒡サラダ	みそ汁	カフェオレプリン
6	月	朝	バタートースト	ハム野菜ソテー	-	野菜スープ	牛乳
		昼	キムチ炒飯	揚げ餃子	キャベツの塩昆布和え	みそ汁	抹茶あずきババロア
		夕	ご飯	タンドリーチキン	グリーンサラダ	野菜スープ	苺ミルクプリン
7	火	朝	ご飯	炒り鶏	切干大根の煮物	みそ汁	-
		昼	味噌ラーメン		ポテコンサラダ	春巻き	牛乳
		夕	ご飯	カジキのネギ塩ソース	卵サラダ	みそ汁	パイン寒
8	水	朝	ご飯	巣ごもり卵	きんぴらごぼう	みそ汁	-
		昼	ご飯/かみかみふりかけ	塩鮭	春雨サラダ	かきたま汁	ジョア
		夕	分散会(わかめご飯/唐揚げ/クリームコロッケ/ほうれん草の磯辺和え/卵サラダ/プリの照り焼き/ワタンスープ/苺)				
9	木	朝	ご飯	豚肉と小松菜の卵とじ	五目目	みそ汁	-
		昼	ココア揚げパン	クリームシチュー	青菜とじゃこのサラダ	いよかん	牛乳
		夕	ご飯	チキンソテー トマトソース	コンビネーションサラダ	野菜スープ	ココナッツミルクプリン
10	金	朝	ご飯	ハムエッグ	じゃが芋のそぼろ煮	みそ汁	-
		昼	ポークカレー		海藻サラダ	すいとん汁	ブラマンジェ 黄桃ソース
		夕	ご飯	八宝菜	大根サラダ	中華スープ	アセロラゼリー
11	土	朝	テイクアウト				
		昼	ブルコギ丼		小松菜のナムル	わかめスープ	杏仁豆腐
		夕	ご飯	白身魚のホイル焼き	ミモザサラダ	みそ汁	豆乳抹茶プリン
12	日	朝	ご飯	豆腐と小松菜のピリ辛炒め	肉じゃが	みそ汁	-
		昼	オムライス		コールスローサラダ	野菜スープ	マンゴープリン
		夕	ご飯	鱈のかば焼き	白菜の塩昆布和え	みそ汁	ピーチババロア
13	月	朝	フレンチトースト	ソーセージソテー	-	野菜スープ	牛乳
		昼	たらこたつぷりスパゲッティ		ほうれん草とコーンの炒め物	クラムチャウダー	チョコプリン
		夕	ご飯	手作りさつま揚げ	鶏と大根の煮物	みそ汁	ミルク寒きなこ黒蜜ソース
14	火	朝	ご飯	鯖の文化干し	-	みそ汁	-
		昼	ごはん	塩麹唐揚げ	パリパリサラダ	けんちん汁	カスタードプリン
		夕	ご飯	エビフライ/ミニハンバーグ	ポテトサラダ	ミネストローネ	雪見だいふく
15	水	朝	ご飯	厚焼き玉子	かみかみふりかけ	みそ汁	-
		昼	ハッシュドビーフ		小松菜とコーンのサラダ	野菜スープ	牛乳/いちご
		夕	ご飯	白身魚のチリソース	切干大根のナムル	みそ汁	ミルクティプリン
16	木	朝	ご飯	ハムピカタ	ジャーマンポテト	みそ汁	-
		昼	シーフードグラタン		白菜サラダ	野菜スープ	ジョア/みかん
		夕	ご飯	とんかつ おろしポン酢	青菜の辛子和え	みそ汁	ナタデココヨーグルト
17	金	朝	パン	野菜のキッシュ	白菜のクリーム煮	-	牛乳
		昼	ご飯	鶏の香草パン粉焼き	ブロッコリーサラダ	みそ汁	ブラマンジェ いちごソース
		夕	ご飯	鯖の揚げおろし煮	もやしの胡麻酢和え	たまごスープ	カラメルミルクプリン
18	土	朝	ご飯	肉じゃが	小松菜のじゃこ炒め	みそ汁	-
		昼	サンドイッチ		手羽元の煮物	コーンスープ	いちご
		夕	ご飯	鮭のちゃんちゃん焼き	マカロニサラダ	みそ汁	ブルーベリーババロア
19	日	朝	ご飯	納豆	じゃが芋のそぼろ煮	みそ汁	-
		昼	けんちんうどん		エビと南瓜の天ぷら	じゃこサラダ	バナナババロア
		夕	ご飯	ブリ大根	揚げだし豆腐	みそ汁	抹茶プリン
20	月	朝	ご飯	豚バラ蓮根炒め	切干大根の煮物	みそ汁	-
		昼	三色丼		スパゲティサラダ	豚汁	オレンジ
		夕	ご飯	鯖のパン粉焼き トマトソース	コーンサラダ	野菜スープ	豆乳プリン きな粉黒蜜
21	火	朝	パン	スクランブルエッグ	キャベツのスープ煮	-	バナナ
		昼	わかめご飯	鱈のごま揚げ	ほうれん草の磯辺和え	鶏団子スープ	カフェオレプリン
		夕	ご飯	ミートボールシチュー	小松菜とコーンのサラダ	野菜スープ	クリームチーズゼリー
22	水	朝	ご飯	鯖の文化干し	かみかみふりかけ	みそ汁	-
		昼	ナポリタンスパゲティ		グリーンサラダ	牛乳	いちご
		夕	チキンカレーライス		シーザーサラダ	野菜スープ	みかんヨーグルト

※献立は、食材等の都合により変更することがあります。