

3月の献立表

2025/3/1~

						1 (土)		2 (日)	
朝									
夜									
	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	8 (土)	9 (日)		
朝	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・鮭の塩焼き ・サラダ ・切干大根煮 ・豆腐のお味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ホットサンド ・食パン ・ポテトサラダ ・コーンスープ ・オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・納豆 ・のり ・南瓜のそぼろあん ・ほうれん草のお味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・フレンチトースト ・食パン ・ウインナー ・サラダ ・スクランブルエッグ ・オニオンスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・白身魚の味噌焼き ・サラダ ・きんぴられんこん ・麩のお味噌汁 ・キウイ 	<ul style="list-style-type: none"> ・紫スイートポテトパン ・食パン ・フルーツジュース 	<ul style="list-style-type: none"> ・ベーコンオニオンパン ・食パン ・フルーツジュース 		
夜	<ul style="list-style-type: none"> ・ちらし寿司 ・白身天梅マヨソース ・サラダ ・高野豆腐の五目煮 ・あさりのお味噌汁 ・ミニ三色団子 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・ハンバーグトマトソース ・サラダ ・ポテト ・菜の花のパペロンチーノ ・ビーンズスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・たけのこご飯 ・鯖の味噌煮 ・牛ごぼう煮 ・大学芋 ・なめこのお味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・MIXフライ(ササミチーズ・エビ) ・サラダ ・もずくと長芋の梅和え ・筍とわかめのすまし汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・プルコギ炒め ・チョレギサラダ ・トッポギ ・チゲスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・チキンのハニーマスタード焼き ・サラダ ・ラタトゥイユ ・ポトフスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・豚の角煮・煮玉子 ・イワシの竜田揚げ ・サラダ ・ブロッコリーのおかか和え ・えのきとわかめのすまし汁 		
	10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	15 (土)	16 (日)		
朝	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・焼き鯖 ・サラダ ・ひじき煮 ・煮玉子 ・大根と揚げのお味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・きなこ揚げパン ・食パン ・ハムエッグ ・コールスローサラダ ・ポタージュスープ ・りんご 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・明太子 ・温泉玉子 ・里芋そぼろ煮 ・かきたま汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・サンドイッチ ・食パン ・ミートボール ・スパゲティサラダ ・オニオンスープ ・みかん 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・ウインナー ・サラダ ・玉子焼き ・青菜のお浸し ・茄子のお味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・チョコづくしパン ・食パン ・フルーツジュース 	<ul style="list-style-type: none"> ・とろけるチーズカレーパン ・食パン ・フルーツジュース 		
夜	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・チキンカツ ・サラダ ・スパゲティサラダ ・豚汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・温玉豚丼 ・野菜の揚げ浸し ・豆腐とえのきのすまし汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・肉わかめうどん ・枝豆とひじきと生姜のご飯 ・ササミときゅうりの和え物 ・ミルクプリン 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・ヤンニョムチキン ・海鮮チヂミ ・キムチ ・白葱とわかめのスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・イワシの大葉フライ ・サラダ ・鶏大根煮 ・じゃが芋のお味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・ポークピカタ ・サラダ ・ポテトサラダ ・鶏団子と豆乳のスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・バターチキンカレー ・海藻サラダ ・フルーツポンチ 		

*3月3日の『桃の節句』は奇数月とその同数が重なる日にお供え、お祓いをする中国の陰陽道の風習が日本に伝わったと言われています☺

*朝食には牛乳、コーヒー、紅茶を用意しています。

*都合により、内容が変更になる場合がございます。予めご了承ください。

3月の献立表

2025/3/17~

	17 (月)	18 (火)	19 (水)	20(祝) (木)	21 (金)	22 (土)	23 (日)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鮭の柚庵焼き サラダ 青菜の煮浸し じゃが芋のお味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ホットドッグ 食パン ポテトサラダ コーンスープ パイナップル 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 納豆 れんこんのそぼろきんぴら さつま芋のお味噌汁 いちご 	<ul style="list-style-type: none"> フレンチトースト 食パン ウインナー サラダ スクランブルエッグ オニオンスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 白身魚の味噌焼き サラダ きんぴらごぼう 麩のお味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ブルーベリーチーズパン 食パン フルーツジュース 	<ul style="list-style-type: none"> 丸ごとソーセージパン 食パン フルーツジュース
夜	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 豚肉の生姜焼き サラダ 大根と蒟蒻の田楽煮 生姜とオクラの玉子スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鶏つくねハンバーグきのこあんかけ サラダ 明太スパゲティ 根菜のすまし汁 	<ul style="list-style-type: none"> 炒飯 回鍋肉 ワンタン風スープ ごま団子 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 塩レモン唐揚げ サラダ 高野豆腐の玉子とじ だご汁 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 ビーフシチュー マッシュポテト 人参のビタミンサラダ ミネストローネスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 チキンのバジルチーズ焼き サラダ ジャーマンポテト 挽き肉と生姜の玉子スープ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 エビ&鶏のスイートチリソース サラダ 玉子と小松菜の中華炒め 酸辣湯スープ
	24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)	29 (土)	30 (日)
朝	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 焼き鯖 サラダ 切干とハムのサラダ 煮玉子 大根と揚げのお味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> 揚げパン 食パン ハムエッグ コールスローサラダ ポタージュスープ オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 明太子 長芋おくらめかぶ和え かぼちゃそぼろ煮 かきたま汁 	<ul style="list-style-type: none"> ピザトースト 食パン チキンナゲット スパゲティサラダ コンソメスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 ウインナー サラダ 玉子焼き 青菜のお浸し 南瓜のお味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> チョコチップメロンパン 食パン フルーツジュース 	<ul style="list-style-type: none"> チキンカツのソース焼き 食パン フルーツジュース
夜	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 スンドゥブチゲスープ キムチチーズチヂミ チョレギサラダ ミルクプリン 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 白身フライタルタルソース サラダ 緑野菜の胡麻和え 鶏団子と春雨のスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 焼きそば 揚げ餃子 サラダ 豆腐とわかめのお味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鯖のピリ辛煮 サラダ 肉じゃが 根菜のすまし汁 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 豚マヨキムチ炒め ほうれん草と玉子のミニグラタン 玉子とわかめのスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 チキン南蛮 サラダ れんこんと挽肉の甘辛炒め 小松菜と揚げのお味噌汁 	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 ポークソテージャポネソース 温野菜 ブロッコリーと玉子のサラダ 南瓜とベーコンのミルクスープ
	31 (月)						
朝	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 鮭の塩焼き サラダ ひじき煮 豆腐のお味噌汁 						
夜	<ul style="list-style-type: none"> ご飯 チーズタッカルビ焼き サラダ 野菜のナムル ユッケジャンスープ 						

*朝食には牛乳、コーヒー、紅茶を用意しています。

*都合により、内容が変更になることがございます。予めご了承ください。