

3月献立

日付							03月01日(日)
朝							御飯 サツマイモの甘煮 春菊の和え物 ふりかけ(たらこ) みぞ汁(キャベツ) 牛乳
昼							御飯 鶏肉と野菜の中華煮 エビ焼売 7ルー7(ハイン) みぞ汁(牛蒡)
おやつ							きみしくれ
夕	※ 仕入れの都合や、業務の都合上などで、変更になることがありますので、ご了承ください						御飯 メルルーサのタルタルソースかけ 厚揚げの煮物 7ルー7のトッピング和え 煮豆
日付	03月02日(月)	03月03日(火)	03月04日(水)	03月05日(木)	03月06日(金)	03月07日(土)	03月08日(日)
朝	御飯 だし巻たまご 塩昆布和え ふりかけ(かつお) みぞ汁(玉葱) 牛乳	パン ミートボール 青菜のサラダ コンソメスープ(玉葱) 牛乳	御飯 高野豆腐含め煮 青菜とちくわのごま和え ふりかけ(さけ) みぞ汁(さといも) 牛乳	御飯 鶏の和風煮 もずくの和えもの ふりかけ(しそ) みぞ汁(だいこん) 牛乳	パン スクランブルエッグ 野菜サラダ(トッピング和え) トマトスープ(備蓄) 牛乳	御飯 じゃが芋の甘辛煮 菜の花湯葉和え ふりかけ(たまご) みぞ汁(厚揚げ) 牛乳	御飯 卵とじ かぶの浅漬け ふりかけ(たらこ) みぞ汁(さつまいも) 牛乳
昼	麦ごはん ぶりの生差煮 ふきのごま和え 7ルー7缶(ミカン) みぞ汁(豆腐)	春散らし寿司 菜の花のからし和え 7ルー7ヨーグルト お吸い物(とうもろこし)	御飯 スタミナ炒め ほうれん草のナムル 7ルー7缶(白桃) 7カメスープ	おにぎり ちゃんぽん スープ メンチカツ 和製セリ	御飯 鶏の梅しそ天ぷら 菜の花の酢味噌和え 7ルー7缶(マンゴー) お吸い物(とろろ)	御飯 ぶりの西京焼き 春雨の和え物 7ルー7(りんご) お吸い物(冬瓜)	御飯 豚すき煮 春菊のピーナツ和え 7ルー7缶(洋梨) みぞ汁(菜の花)
おやつ	黒糖蒸しパン	3色ゼリー	味噌饅頭	和のパンケーキ(抹茶)	☆コーヒゼリー	酒饅頭	練り切り
夕	御飯 鶏の唐揚げ かぼちゃの煮物 白菜と青菜の二色和え 漬物(胡瓜 赤)	御飯 シラの漬け焼き ごぼうの炒め煮 か17ラウのゴママヨ和え 白花生	御飯 さわらの照り煮 切干大根煮 きゅうりサラダ 漬物(つぼ漬)	御飯 焼豆腐の肉味噌かけ 冬瓜の煮物 千層菜のおかか和え 漬物(しそのみ)	御飯 かれいのにしん醤油ソース さつまいもの煮物 白菜の塩昆布和え 漬物(梅干し)	御飯 ふくさ焼き 大豆入りひじきの煮物 ナスのポン酢和え 漬物(梅干し)	御飯 白身魚の焼き浸し 卵の花 か17ラウのしその実和え わかめ煮
日付	03月09日(月)	03月10日(火)	03月11日(水)	03月12日(木)	03月13日(金)	03月14日(土)	03月15日(日)
朝	御飯 冬瓜の煮物 春菊と人参の和え物 ふりかけ(かつお) みぞ汁(青菜) 牛乳	パン オムレツ ポテトサラダ クリームスープ 牛乳	御飯 厚揚げのくず煮 きゅうりの和え物 ふりかけ(さけ) みぞ汁(春菊) 牛乳	御飯 がんもの煮物 モロヘイヤのおひたし ふりかけ(しそ) みぞ汁(さといも) 牛乳	パン 冬瓜のホト7 ハンバーグサラダ コンソメスープ 牛乳	御飯 だいこんとちくわの煮物 7ルー7の胡麻和え ふりかけ(たまご) みぞ汁(玉葱) 牛乳	御飯 高野豆腐の含煮 ほうれん草とあさりの和え物 ふりかけ(たらこ) みぞ汁(南瓜) 牛乳
昼	ビーフカレー コールスローサラダ 7ルー7(オレンジ) 香の物(福神漬)	麦ごはん さばの味噌煮 オクラのお浸し いちごゼリー お吸い物(玉葱)	おにぎり きつねうどん つゆ 肉巻 7ルー7缶(ハイン)	御飯 さわらの昆布煮 青菜とかにかまのお浸し デザート(ピーチ) みぞ汁(卵)	御飯 チキンカツ スパゲティサラダ ぶどうゼリー オニオンスープ	御飯 揚げ豆腐 豚高菜 7ルー7缶(カクテル) 若竹汁	御飯 回鍋肉 ひじきサラダ 7ルー7缶(黄桃) 中華スープ(卵)
おやつ	☆マーメイド蒸しパン	水まんじゅう	焼きトナリ	炭酸饅頭	スイスロール	☆生クリームとら焼き	きなこパンケーキ
夕	御飯 ひらすの塩焼き なすの旨煮 千層菜とえのきのごま和え 香の物(千切沢庵)	御飯 揚げ鶏の甘酢あんかけ かぶの煮物 中華和え 漬物(青しその実漬)	御飯 あじの蒲焼 だいこんの煮物 いんげんのごまマヨ和え 煮豆	御飯 豚肉のオイスターソース炒め しんコン土佐煮 ほうれん草のしょうが醤油和え 漬物(千切沢庵)	御飯 赤魚の野菜あんかけ かぼちゃ煮 ピーマンの塩昆布和え 漬物(しそのみ)	御飯 ハンバーグ ほうれん草のソテー か17ラウサラダ 梅干し	御飯 白身魚のフライ ピーマンソテー 菜種和え 金時豆
日付	03月16日(月)	03月17日(火)	03月18日(水)	03月19日(木)	03月20日(金)	03月21日(土)	03月22日(日)
朝	御飯 和風スクランブル くるみお粥 ふりかけ(かつお) みぞ汁(大根) 牛乳	パン ウインナーと白菜のコンソメ煮 マカロニサラダ パンフキンスープ 牛乳	御飯 野菜中華炒め煮 ほうれん草白和え ふりかけ(さけ) みぞ汁(かぶ) 牛乳	御飯 がんもどきとさいのみの煮物 オクラおかか和え ふりかけ(しそ) みぞ汁(たまねぎ) 牛乳	きなこおはぎ じゃが芋とつみれの煮物 タマゴサラダ トマトスープ 牛乳	御飯 青菜の煮浸し 春雨サラダ ふりかけ(たまご) みぞ汁(かぼちゃ) 牛乳	御飯 だし巻たまご あさりお粥 ふりかけ(たらこ) みぞ汁(冬瓜) 牛乳
昼	御飯 白身魚のヒラメ焼き 白菜の炒め煮 7ルー7缶(マンゴー) みぞ汁(小松菜)	御飯 鶏肉の磯焼き 冬瓜とあさりの煮物 7ルー7(ハイン) お吸い物(卵豆腐)	麦ごはん さばの焼き浸し 菜の花のからし和え 7ルー7缶(ミカン) みぞ汁(さつまいも)	おにぎり 肉とぼ つゆ ハンバーグサラダ デザート(杏仁豆腐)	御飯 鶏のマスタート焼き 野菜のトマト煮 7ルー7(黄桃) 中華スープ(白菜)	えびピラフ 豆腐チャンプル ピタメンチー コンソメスープ(青梗菜)	御飯 揚げだし豆腐の野菜あんかけ 7ルー7の和え物 7ルー7(りんご缶) みぞ汁(巻ふ)
おやつ	かすてら饅頭	☆マーブルフォンケーキ	上白糖饅頭(赤)	クリームワッフル	おはぎ	ハウムクーヘン	とら焼き(ぎんだ)
夕	御飯 すき焼き風 なすのごま煮 もやしとほうれん草のソテー和え 漬物(しぼ漬)	御飯 ぶりの煮付け おかか煮 春雨サラダ 漬物(赤しその実漬)	御飯 キャベツ もやし炒め マヒ 梅干し	御飯 ひらすのから揚げ 山菜の煮物 冷奴 香の物(沢庵)	御飯 あじのから揚げ れんごんの甘辛炒め 青菜のお浸し 煮豆(うぐいす)	御飯 豚しゃぶのごまだれかけ 大根の昆布煮 ほうれん草とササミの和え物 漬物(沢庵)	御飯 鶏肉のみぞマヨ焼き さといもの煮物 きゅうりの塩こうじ和え 漬物(しそのみ)
日付	03月23日(月)	03月24日(火)	03月25日(水)	03月26日(木)	03月27日(金)	03月28日(土)	03月29日(日)
朝	御飯 豆腐のかにあんかけ インゲンのだぼろ和え ふりかけ(かつお) みぞ汁(さつまいも) 牛乳	パン か17ラウのカレー炒め ツナサラダ コンソメスープ(ジャガイモ) 牛乳	御飯 サツマイモのにしん煮 オクラのとうろ和え ふりかけ(さけ) みぞ汁(豆腐) 牛乳	御飯 じゃが芋の煮物 小松菜のおひたし ふりかけ(しそ) みぞ汁(ほうれん草) 牛乳	パン 野菜炒め スパゲティサラダ コンソメスープ(ホウレン草) 牛乳	御飯 いわしのかぼ焼き なます(大根) ふりかけ(たまご) みぞ汁(かぼちゃ) 牛乳	御飯 きんぴらごぼう なめたけ和え ふりかけ(たらこ) みぞ汁(白菜) 牛乳
昼	おにぎり 鶏南蛮うどん つゆ ごぼうの炒め煮 ハインヨーグルト	御飯 メバルの煮つけ 菜の花のお浸し 7ルー7缶(洋梨) みぞ汁(かぶ)	二色丼 根菜とちくわの煮物 7ルー7缶(黄桃) お吸い物(白菜)	麦ごはん 炒り鶏 もやしのごま和え 7ルー7(マンゴー缶) みぞ汁(しめじ)	御飯 タラの香草焼き ジャーマンポテ いちごゼリー みぞ汁(えのき)	御飯 天津卵満 青梗菜の中華和え 7ルー7缶(白桃) わかめスープ	御飯 豚の生差炒め 冬瓜の煮物 7ルー7缶(ミカン) みぞ汁(千層菜)
おやつ	今川焼き	ドーナツケーキ(カスタード)	とぼ饅頭	☆ヨーグルトパナロー	チョコレート饅頭	ドーナツケーキ(チョコ)	吹雪饅頭
夕	御飯 かれいのにしんソース焼き ジャーマンポテ ほうれん草のおかか和え わかめ煮	御飯 麻婆なす エビ焼売 7ルー7のサラダ 香の物(さくら大根)	御飯 豚肉の甘辛煮 キャベツのみぞ炒め かぼちゃサラダ 白花生	御飯 さばの生差煮 じゃこの炒め物 か17ラウのトッピング和え 漬物(つぼ漬)	御飯 鶏肉のねぎみぞ漬焼き 切干大根の炒め煮 菜の花の錦糸和え 漬物(だいこん)	御飯 ぶりの照り焼き 湯豆腐 7ルー7のマヨ和え 野菜大豆煮	御飯 魚の木の芽味噌焼き ポテの炒め煮 なすの和え物 香の物(沢庵)
日付	03月30日(月)	03月31日(火)					
朝	御飯 豆腐の炒り煮 菜の花の和え物 ふりかけ(かつお) みぞ汁(たまねぎ) 牛乳	パン スクランブルエッグ 大豆のサラダ コンソメスープ 牛乳					
昼	御飯 さわらの西京焼き ほうれん草のベーコンソテー オレンジゼリー お吸い物(大根)	おにぎり 塩ワタラン種 スープ ひじきサラダ デザート(ゼリー)					
おやつ	レモンケーキ	もみじ饅頭					
夕	御飯 お好み焼き風卵焼き かぶのコンソメ煮 小松菜のツナ和え 漬物(しそのみ)	御飯 白身魚の和風ムニエル かぼちゃのだぼろ煮 冷奴 梅干し					