

2025年 3月献立予定表

							1(土)
朝食 昼食 おやつ 夕食							御飯 味噌汁 竹輪と根菜の煮物 真砂炒め ふりかけ
							御飯 味噌汁 肉豆腐 ひじきの煮物 大根サラダ ゼリー
							ヨーグルトケーキ
							御飯 すまし汁 鯖の塩焼き 茄子のしぎ煮 錦糸和え
							2(日)
朝食 昼食 おやつ 夕食	御飯 味噌汁 包み揚げの煮物 野菜炒め 納豆	御飯 味噌汁 厚揚げの肉みそかけ レンコン金平 漬物	パン コーンポタージュ 野菜とウインナーのソテー きのこサラダ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 味噌汁 はんぺんの野菜あんかけ 大根の煮物	パン ポトフ ほうれん草のソテー マカロニサラダ ヨーグルト	御飯 味噌汁 ツナじゃが煮 根菜の旨塩炒め ゆずみそ	御飯 味噌汁 つくね照り焼き 切干大根の煮物 ふりかけ
	御飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 豆腐の柚子あん おかか和え フルーツ	特別食 	カルボナーラ コンソメスープ コロッケ グリーンサラダ フルーツ	御飯 味噌汁 白身魚の照り焼き じゃが芋のバター醤油炒め 和風サラダ フルーツ	御飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ 玉葱ソース 里芋の煮物 ピーナツ和え ゼリー	チキンカレーライス コンソメスープ ミニオムレツ フレンチサラダ フルーツヨーグルト	御飯 味噌汁 鱈の煮付け ぜんまいの煮物 甘酢和え フルーツ
	パウンドケーキ		バナナケーキ	いちごケーキ	黒糖ロールケーキ	キャラメルプリン	芋まんじゅう
	御飯 味噌汁 鱈の蒲焼き 冬瓜の葛煮 ゆかり和え	御飯 すまし汁 マスのチャンチャン焼き がんもの煮物 お浸し	御飯 味噌汁 蒸し豚のごまだれかけ 青菜の塩炒め オクラの和え物	御飯 中華スープ 麻婆豆腐 シュウマイ ナムル	御飯 味噌汁 鶏肉と大根の旨煮 じゃがバター炒め なめ茸和え	御飯 味噌汁 鯖の生姜煮 竹の子炒め いんげんのごま和え	御飯 すまし汁 豚肉の甘辛炒め さつま芋のレモン煮 磯わさび和え
							9(日)
朝食 昼食 おやつ 夕食	御飯 味噌汁 鶏団子の煮物 きのこ炒め 納豆	御飯 味噌汁 キャベツとソーセージの炒め物 豆腐のかにあんかけ 漬物	パン ベジタブルスープ ほうれん草とベーコンのソテー フレンチサラダ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 味噌汁 炒り豆腐 大根の煮物	パン トマトスープ ジャーマンポテト パスタサラダ ヨーグルト	御飯 味噌汁 肉詰め豆腐の野菜あんかけ ひじきの煮物 海苔の佃煮	御飯 味噌汁 海鮮団子の煮物 金平ごぼう ふりかけ
	御飯 オニオンスープ 豚肉のガーリックソテー 野菜のオープン焼き コーンサラダ フルーツ	御飯 すまし汁 鶏肉の西京焼き 根菜の煮物 錦糸和え ゼリー	五日そば 玉子焼き 和風サラダ フルーツ	御飯 コンソメスープ チキンソテー デミソース キャベツのソテー グリーンサラダ フルーツ	御飯 中華スープ 回鍋肉 白菜の中華炒め ナムル 杏仁豆腐	ハヤシライス コンソメスープ クリームコロッケ コールスローサラダ フルーツ	御飯 味噌汁 ヒレカツ 五目煮 なめ茸和え フルーツ
	牛乳ケーキ	よもぎクリーム饅頭	バウムクーヘン	クリームブッセ	あんどうナッツ	マンゴープリン	たいやき
	御飯 味噌汁 白身魚の山椒焼き ふきの煮物 柚子和え	御飯 すまし汁 鱈の柚庵焼き 車麩の煮物 おかか和え	御飯 味噌汁 鶏肉と茄子の香味煮 里芋の田楽 高菜和え	御飯 味噌汁 白身魚の野菜あんかけ かぶの煮物 梅和え	御飯 味噌汁 鯖の煮付け もやしとにらの炒め物 ピーナツ和え	御飯 味噌汁 鶏肉のくわ焼き 竹輪の煮物 白和え	御飯 すまし汁 鱈のつけ焼き 炊き合わせ お浸し
							16(日)
朝食 昼食 おやつ 夕食	御飯 味噌汁 がんもの含め煮 竹の子炒め 納豆	御飯 味噌汁 野菜つみれの煮物 きのこ炒め 漬物	パン ホワイトシチュー ほうれん草のソテー 花野菜サラダ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 味噌汁 つくね焼き 切干大根の煮物	パン コンソメスープ ハムエッグ コーンサラダ ヨーグルト	御飯 味噌汁 車麩の煮物 青菜の炒め物 たいみそ	御飯 味噌汁 はんぺんの野菜あんかけ 小松菜の卵炒め ふりかけ
	御飯 味噌汁 鱈の梅しそ焼き 冬瓜の煮物 香味和え フルーツ	御飯 味噌汁 豚肉のから玉炒め さつま芋の煮物 酢の物 フルーツ	けんちんうどん 鶏肉の磯辺揚げ ごま和え フルーツ	赤飯 すまし汁 鶏肉の味噌焼き 南瓜の煮物 ゆかり和え フルーツ	御飯 味噌汁 鶏肉のオイスターソース炒め かぶのかにあんかけ 辛子和え ゼリー	カレーライス オニオンスープ 野菜のピザ焼き グリーンサラダ フルーツヨーグルト	御飯 すまし汁 白身魚の南蛮漬け 根菜の煮物 海藻サラダ フルーツ
	オレンジケーキ	おやき	ドーナツ	お誕生日ケーキ	卵ケーキ	チョコプリン	紅茶ケーキ
	御飯 コンソメスープ 鶏肉のレモンバターソース ブロッコリーのトマト煮 フレンチサラダ	御飯 すまし汁 鯖の味噌煮 レンコン金平 カマボコ和え	御飯 味噌汁 豚肉の柳川煮 豆腐のゆず味噌かけ マヨ醤油和え	御飯 中華スープ 白身魚のチリソース煮 ビーフン炒め 中華風お浸し	御飯 味噌汁 豚肉と大根の生姜煮 根菜の旨塩炒め 土佐酢和え	御飯 味噌汁 鱈の粕漬け焼き 茄子の含め煮 生姜和え	御飯 味噌汁 鶏肉のネギ塩焼き 里芋の煮物 わさび和え
							23(日)
朝食 昼食 おやつ 夕食	御飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 ピーマン炒め 納豆	御飯 味噌汁 海鮮団子の煮物 野菜炒め 漬物	パン トマトスープ ミートオムレツ ポテトサラダ ヨーグルト	麦御飯 とろろ芋 味噌汁 肉団子の煮物 インゲンの炒め物	パン コンソメスープ 豚肉と野菜のケチャップ炒め マカロニサラダ ヨーグルト	御飯 味噌汁 和風スクランブルエッグ 金平ごぼう のり佃煮	御飯 味噌汁 ツナじゃが煮 茄子の胡麻炒め ふりかけ
	御飯 すまし汁 アジフライとコロッケ 小松菜と油揚げの煮びたし 柚子和え ゼリー	ハンバーガー オニオンスープ フライドポテト コールスローサラダ フルーツ	醤油ラーメン 餃子 中華和え 杏仁豆腐	御飯 オニオンスープ ハンバーグ デミソース 野菜のトマト煮 グリーンサラダ フルーツ	特別食 	豚丼 味噌汁 竹輪の煮物 大根サラダ フルーツ	御飯 すまし汁 鶏肉のおろし煮 豆腐チャンプル なめ茸和え フルーツ
	水ようかん	うぐいすまんじゅう	メープルケーキ	どらやき	ミニロールケーキ	いちごプリン	人形焼き
	御飯 味噌汁 蒸し豚のポン酢かけ そぼろ炒め かまぼこ和え	御飯 すまし汁 白身魚の野菜あんかけ ひじきの煮物 酢味噌和え	御飯 味噌汁 照り焼きチキン 茄子の揚げびたし 塩昆布和え	御飯 すまし汁 豚肉とキャベツの味噌炒め 冬瓜の煮物 土佐酢和え	御飯 味噌汁 鯖の煮つけ たらこ炒め 香味和え	御飯 すまし汁 鱈のゆず味噌焼き 厚揚げの煮物 お浸し	御飯 味噌汁 ホッケの塩焼き かぶの煮物 のり和え
							30(日)
朝食 昼食 おやつ 夕食	御飯 味噌汁 高野豆腐の卵とじ じゃこ炒め 納豆	御飯 味噌汁 肉団子と根菜の煮物 大根の金平 漬物					御飯 味噌汁 肉団子と根菜の煮物 大根の金平 漬物
	御飯 中華スープ チンジャオオロス風炒め 春巻 中華風胡麻酢和え 杏仁豆腐	御飯 味噌汁 アジの生姜煮 ブロッコリーのかにあんかけ 香味和え フルーツ					御飯 味噌汁 アジの生姜煮 ブロッコリーのかにあんかけ 香味和え フルーツ
	レーズンクリームサンド	薄皮まんじゅう					
	御飯 味噌汁 豚しぐれ煮 じゃが芋のバター醤油炒め 梅和え	御飯 すまし汁 鶏の柚胡椒焼き 車麩と里芋の煮物 ゆかり和え					

*都合により献立を変更することがあります。