

平成31年3月献立表(予定)

		主食	主菜	副菜	汁物	その他	
1	金	朝	ご飯	塩鮭	青菜の煮浸し	みそ汁	-
	昼	ひな祭りちらし	鯖の竜田揚げ	カップ茶わん蒸し	すまし汁	ジョア/ひなあられ	
	夕	ご飯	回鍋肉	白菜のサラダ	中華スープ	ミルクプリン マンゴーソース	
2	土	朝	テイクアウト				
	昼	お茶漬け			大根とツナの煮物/青菜の磯部和え	-	抹茶寒
	夕	ご飯	鶏肉のピザ風焼き	コンビネーションサラダ	野菜スープ	メープルプリン	
3	日	朝	ご飯	ハム野菜ソテー	じゃがいもの千切り炒め	野菜スープ	-
	昼	オムライス			人参サラダ	オニオンスープ	フルーツヨーグルト
	夕	ご飯	豚肉の生姜焼き	ポテトサラダ	みそ汁	みかん寒	
4	月	朝	ご飯	ソーセージソテー	-	野菜スープ	飲むヨーグルト
	昼	ご飯	豚肉のりんごソース	10品目サラダ	野菜スープ	キウイフルーツ/牛乳	
	夕	ご飯	白身魚の和風あんかけ	ひじきサラダ	みそ汁	はちみつレモンゼリー	
5	火	朝	ご飯	肉じゃが	白滝のきんぴら	みそ汁	-
	昼	ご飯	鯖の味噌煮	青菜のごま和え	すまし汁	りんご/牛乳	
	夕	ご飯	タンドリーチキン	ごぼうサラダ	野菜スープ	ヨーグルトゼリー	
6	水	朝	ご飯	ハムエッグ	きのこのソテー	野菜スープ	-
	昼	パン	ポークシチュー	グリーンサラダ	-	きよみオレンジ/牛乳	
	夕	分散会 弁当形式					
7	木	朝	ご飯	ベーコンソテー	-	トマトクリームスープ	飲むヨーグルト
	昼	ご飯	鮭のマヨコーン焼き	コールスローサラダ	ミネストローネ	牛乳	
	夕	ご飯	鶏の塩こうじ焼き	白菜の和え物	みそ汁	小豆ミルク寒	
8	金	朝	シュガーバタートースト	スクランブルエッグ	-	野菜スープ	ジョア
	昼	けんちんうどん			春巻き/じゃがいものそぼろあんかけ	-	抹茶プリン/牛乳
	夕	ご飯	青椒肉絲	春雨サラダ	粟米湯(スーミータン)	なめらか杏仁豆腐	
9	土	朝	ご飯	納豆	信田煮	すまし汁	-
	昼	カレーライス			春巻き/海藻サラダ	-	りんごゼリー
	夕	ご飯	鯖の塩こうじ焼き	鶏と大根の煮物	みそ汁	バナナババロア	
10	日	朝	ご飯	切干大根入り厚焼き玉子	蓮根のきんぴら	みそ汁	-
	昼	断水工事のため 弁当					
	夕	ご飯	カジキのみそマヨ焼き	大根のそぼろ煮	かきたま汁	黒蜜きな粉プリン	
11	月	朝	ご飯	目玉焼き	切干大根の煮物	みそ汁	-
	昼	ご飯	車麩の出汁カツ	キャベツの梅肉おかか和え	豚汁	牛乳	
	夕	ご飯	豚バラポン酢炒め	ツナサラダ	みそ汁	練乳ミルクプリン	
12	火	朝	パン	ソーセージポトフ	白菜のクリーム煮	-	飲むヨーグルト
	昼	ご飯	白身魚の香草パン粉焼き	ひじきと蓮根のサラダ	野菜スープ	牛乳/ミルメーク	
	夕	ご飯	鶏のピリ辛みそ焼き	おさつサラダ	みそ汁	ブラマンジェ 黄桃ソース	
13	水	朝	ご飯	豆腐と青梗菜の炒め物	肉じゃが	みそ汁	-
	昼	ガパオ風炒めご飯			春雨サラダ	ワンタンスープ	ジョア
	夕	ご飯	鮭の照り焼き	ごぼうと蓮根の甘辛煮	みそ汁	抹茶プリン	
14	木	朝	ご飯	ししゃも	白滝の炒め物	みそ汁	-
	昼	ご飯	から揚げ	やみつきキャベツ	みそ汁	カスタードプリン	
	夕	ご飯	エビフライ/ミニハンバーグ	ほうれん草とコーンのサラダ	野菜スープ	クリームチーズゼリー ごまキャラメルソース	
15	金	朝	シナモントースト	ベーコンソテー	-	野菜スープ	ジョア
	昼	親子丼			青菜と大根の梅和え	みそ汁	牛乳
	夕	ご飯	いかと野菜の辛味炒め	じゃこサラダ	中華スープ	なめらか杏仁豆腐	
16	土	朝	テイクアウト				
	昼	五目炒飯			揚げ餃子	わかめスープ	マンゴープリン
	夕	ご飯	豚肉のネギ塩炒め	じゃがいものツナマヨ和え	みそ汁	ピーチババロア	
17	日	朝	ご飯	豚肉と小松菜の卵とじ	信田煮	すまし汁	-
	昼	ナポリタンスパゲティ			シーザーサラダ	野菜スープ	ヨーグルトプリン
	夕	ご飯	鯖の揚げおろし煮	ゆかり和え	みそ汁	ミルクプリン 黒蜜きな粉ソース	
18	月	朝	ご飯	ホッケー夜干し	五目豆	みそ汁	-
	昼	麻婆丼			青菜のナムル	中華風卵スープ	いちご/牛乳
	夕	ご飯	鶏肉のハニーマスタード焼き	ごぼうサラダ	野菜スープ	アセロラゼリー	
19	火	朝	パン	スパニッシュオムレツ	-	野菜スープ	カップヨーグルト
	昼	ご飯	鮭の幽庵焼き	菜の花のごま和え	みそ汁	チョコプリン	
	夕	ご飯	キャベツの重ね蒸し	コーンサラダ	洋風卵スープ	黒ゴマプリン	
20	水	朝	ご飯	肉じゃが	白菜の煮浸し	みそ汁	-
	昼	ご飯	いかと大豆のごま味噌がらめ	おかか和え	みそ汁	ジョア	
	夕	カレーライス			シーザーサラダ	-	フルーツヨーグルト
21	木	朝					
	昼	閉舎 大掃除					
	夕						

※献立は、食材等の都合により変更する場合があります。