

〇〇 献立一覧表 〇〇

平成31年 3月

[いぶき]

				1(金)	2(土)	3(日)
朝食				ご飯 味噌汁 野菜炒め マカロニサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 ツナじゃが 和え物 梅干し	ご飯 味噌汁 ミートボール コールスローサラダ ふりかけ
朝間食				牛乳	牛乳	牛乳
昼食				ゆかりご飯 味噌汁 野菜コロッケ 土佐和え パイナップル	ご飯 味噌汁 鶏肉の山椒焼き 三色和え 黄桃缶	～ひなまつりメニュー～ ちらし寿司 清汁 筑前煮 わさび和え ももフルーチェ
昼間食				窯焼きチーズケーキ	桜クレープ	甘酒
夕食				ご飯 味噌汁 家常豆腐(かじょうとうふ) えび焼売 ナムル	ご飯 味噌汁 おでん風煮物 茄子の生姜炒め 春雨サラダ	ご飯 味噌汁 野菜焼き肉 茄子の揚げ浸し ごまドレ和え

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

平成31年 3月

[いぶき]

	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)	10(日)
朝食	ご飯 味噌汁 厚焼き玉子 煮浸し 漬物	ご飯 味噌汁 えび団子煮 かにかまサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 豆腐とひき肉の包み焼き 磯香和え 漬物	ご飯 味噌汁 里芋の信田煮 コーンサラダ 昆布佃煮	ご飯 味噌汁 豆腐入り鶏つくね 辛子マヨ和え 漬物	ご飯 味噌汁 たまごロール チキンサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 さつま揚げの炒め煮 ごま酢和え 漬物
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 おろし豆腐ステーキ ごぼうの煮物 みかん缶	焼きそば 水餃子 中華サラダ パイン缶	ご飯 味噌汁 八宝菜 ほうれん草サラダ オレンジ	わかめご飯 味噌汁 鱈のコーンマヨネーズソースがけ オーロラサラダ カクテル缶	～タイムニュー～ ガパオライス タイ風エスニックスープ 春雨と香草のタイ風サラダ マンゴー缶	ご飯 味噌汁 豚肉と茄子のガーリックソテー 梅和え みかん缶	ご飯 味噌汁 若鶏の唐揚げ 海藻サラダ 黄桃缶
昼間食	プチ焼いも	～あったかおやつ～ 二色蒸しまんじゅう	バウムクーヘン2種	生クリームワッフル	～タイおやつ～ かぼちゃのコナッツミルク煮	ミニチョコパン 2個	たいやき
夕食	ご飯 味噌汁 鱈の生姜煮 北海扇フライ もやしサラダ	ご飯 清汁 鶏肉のごま味噌煮 明太ポテト 浅漬け	ご飯 味噌汁 トンカツ ぜんまいの炒り煮 じゃこサラダ	ご飯 味噌汁 鶏肉のバーベキュー焼き 煮奴 昆布和え	ご飯 味噌汁 えび団子の中華炒め ひじきの煮物 生姜和え	ご飯 味噌汁 鱈の梅煮 ふきの金平 ポテトサラダ	ご飯 味噌汁 カニと青菜の玉子とじ 筍の高菜炒め ハムサラダ

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

平成31年 3月

[いぶき]

	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)	17(日)
朝食	ご飯 味噌汁 三色高野煮 ゆかり和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 千草卵焼き あけぼの和え 梅干し	ご飯 味噌汁 がんもの煮物 ドレッシング和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 いか団子の煮物 納豆 漬物	ご飯 味噌汁 つみれの煮物 わさびマヨ和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 はんぺん煮 卵の花和え 漬物	ご飯 味噌汁 マカロニナポリタン ツナサラダ のり佃煮
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	チキンカレー 彩りチーズサラダ 福神漬け クラッシュゼリー(ビタミン強化)	菜飯 味噌汁 牛肉コロッケ フレーク和え フルーチェ	ご飯 コンソメスープ ハンバーグ 大根サラダ パイン缶	～ホワイトデーメニュー～ バターライス クリームシチュー サラダ 苺ムース	ご飯 味噌汁 鶏の照り焼き 甘酢和え みかん缶	けんちんうどん クリームコロッケ 抹茶ミルクゼリー(カルシウム強化)	ご飯 味噌汁 洋風玉子焼き ポパイサラダ フルーツ杏仁
昼間食	パターラ(いちご)	メイプル・ナッツ&あんドーナツ	シベリア	プチガナッシュケーキ 2個	ようかんロール	アップルパイ	バナナカステラ
夕食	ご飯 清汁 赤魚の葱味噌焼き さつま芋の甘煮 なめ茸和え	ご飯 味噌汁 鶏肉のオイスター炒め 南瓜の甘煮 レモン和え	ご飯 味噌汁 肉豆腐 かに焼売 即席和え	ご飯 味噌汁 鱈のおろし煮 厚焼き玉子 マヨ和え	ご飯 味噌汁 ふんわり天 華風ソテー 二色和え	ご飯 味噌汁 かれいの南部焼き レバーのしぐれ煮 中華和え	ご飯 味噌汁 豚肉のくわ焼き 茄子の煮物 ブロッコリーサラダ

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

平成31年 3月

[いぶき]

	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)	24(日)
朝食	ご飯 味噌汁 ソーセージソテー ゆず和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 オムレツ チーズサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 炒り豆腐 おくら和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 カニ風味玉子焼 酢の物 たいみそ	ご飯 味噌汁 肉野菜炒め とろろ 漬物	ご飯 味噌汁 玉子ロール ごま和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 はんぺんマヨ焼き ささみ和え 梅干し
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 スタミナ焼き 菜の花サラダ 白桃缶	ご飯 味噌汁 鶏の香味焼き おかか和え みかん缶	ハヤシライス ポテトフライ スパサラダ クラッシュゼリー(ビタミン強化)	～春分の日メニュー～ たけのご御飯 清汁 ロールキャベツ 菜の花のお浸し フルーチェ(いちご)	ご飯 味噌汁 ミートボールのトマト煮 しらす和え 黄桃缶	ご飯 中華スープ 麻婆豆腐 搾菜の和え物 パイン缶	わかめご飯 味噌汁 たらのチーズ焼き 明太マヨ和え 白桃缶
昼間食	～彼岸入り～ おはぎ	プチケーキフロマージュ 2個	カステラ	ロールケーキ(2個)	チョコケーキ	ミニミルクレープ 2個	メロンムース
夕食	ご飯 味噌汁 鱧のみぞれ煮 三色野菜とすり身の落とし揚げ もずく和え	ご飯 味噌汁 肉じゃが えび焼売 なめ茸おろし	ご飯 味噌汁 鱧の漬け焼き 金平ごぼう ピーナツ和え	ご飯 味噌汁 炒り鶏 いんげんちぎり蒸し ごまドレサラダ	ご飯 味噌汁 イカフライ ふきの土佐煮 オーシャンサラダ	ご飯 味噌汁 鶏の酒蒸し 冬瓜のくず煮 わかめサラダ	ご飯 味噌汁 ミートコロケ 切り昆布と大豆の煮物 酢醤油和え

*都合により献立を変更することがあります。

〇〇 献立一覧表 〇〇

平成31年 3月

[いぶき]

	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)	31(日)
朝食	ご飯 味噌汁 竹輪の炒め煮 信田和え 漬物	ご飯 味噌汁 ポトフ かにかま和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 納豆 漬物	ご飯 味噌汁 スクランブルエッグ カリフラワーサラダ ふりかけ	ご飯 味噌汁 にんじん信田煮 海苔和え 梅干し	ご飯 味噌汁 甘辛ミートボール 和風和え ふりかけ	ご飯 味噌汁 チーズオムレツ グリーンサラダ 昆布佃煮
朝間食	牛乳	牛乳	コーヒー牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ご飯 味噌汁 豚の塩麴炒め アスパラサラダ カクテル缶	炊込みチャーハン 玉子スープ ジャンボ肉焼売 豆腐サラダ ふるふる杏仁	肉そば おろし豆腐ハンバーグ みかん缶	ゆかりご飯 味噌汁 鯖の塩焼 南瓜サラダ パン缶	ご飯 味噌汁 照焼ハンバーグ アスパラサラダ フルーツ杏仁	ご飯 清汁 豚肉と里芋の味噌煮 しその実和え キウイフルーツ	ポークカレー マカロニ玉子サラダ 福神漬け クラッシュゼリー(ビタミン強化)
昼間食	北海道チーズ蒸しケーキ	小倉あんパイ&ふ菓子	ミニチョコスペシャル	～あったかおやつ～ たいやき	きんつば	ミルクドーナツ	ホットケーキ
夕食	ご飯 味噌汁 厚揚げのそぼろ煮 ビーフソテー 白菜の即席漬け	ご飯 味噌汁 鰯の南部焼き ぜんまいと車麩の炒り煮 辛子和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の香り蒸し ツナと茄子の炒め物 磯和え	ご飯 味噌汁 クリームコロッケ 白滝の明太炒り みそマヨ和え	ご飯 味噌汁 鶏の山椒焼き なめこ豆腐 マスタードサラダ	ご飯 味噌汁 赤魚の野菜あんかけ 焼売天 錦糸和え	ご飯 味噌汁 鶏肉の中華炒め 切干大根煮 フレンチサラダ

*都合により献立を変更することがあります。