



3月の食事メニュー



	月	火	水	木	金	土
日付				15	16	17
行事						
昼食				ご飯 豚肉しそ焼き 大豆サラダ すまし汁（うずら） いちご	ご飯 松島焼き 南瓜のそぼろ煮 すまし汁（もずく） 日向夏	ご飯 鰯のおろし煮 梅香和え けんちん汁（里芋） ネーブル
おやつ				蒸饅頭 ご飯	蒸饅頭 ご飯	桜二色流し ご飯
夕食				魚のステーキ風 なめこおろし和え わかめスープ	チキン南蛮 おかか和え すまし汁（えび）	若草焼き つわの煮物 豚汁
日付	19	20	21	22	23	24
行事						
昼食	麦飯 菜種焼き うの花炒り かき玉汁 いちご	ご飯 煮込みハンバーグ スパゲティサラダ 白菜スープ 日向夏	ご飯 揚げ魚ねぎソース 菜種和え すまし汁（若竹真薯） いよかん	牛丼 ほうれん草の白和え すまし汁（卵豆腐） パイン べったら漬け	ご飯 魚の焼き南蛮 かぼちゃサラダ すまし汁（エビボール） ネーブル	ご飯 紅鮭のマヨネーズ焼 アロカリゆず味噌かけ すまし汁（あさり） いちご
おやつ	長崎鉄カステラ ご飯	蒸饅頭 ご飯	しっとりやわらか饅頭 ご飯	蒸饅頭 ご飯	蒸饅頭 麦飯	蒸饅頭 ご飯
夕食	すき焼き風煮 ささ身の酢の物 すまし汁（かまぼこ）	エビ炒りたま豆腐 南瓜のつや煮 すまし汁（焼き麴）	鶏肉のうま煮 野菜と竹輪のごま酢和え すまし汁（豆腐）	魚の変わり焼き 鶏レバーの生姜煮 味噌汁（じゃが芋）	ロール白菜 和風サラダ わかめコンソメスープ	豚肉のオイスター炒め 中華風酢の物 すまし汁（えのき）
日付	26	27	28	29	30	31
行事						
昼食	ご飯 豚肉の変わり揚げ ポテトサラダ 野菜スープ いよかん	ご飯 サーモンのムニエル スパゲティサラダ 人参スープ バナナ	ご飯 鶏唐揚げのおろし和え さつま芋とリンゴの重ね煮 五目汁 いちご	ご飯 あんかけ南瓜コロッケ エビサラダ かき玉汁 ネーブル	おにぎり 肉うどん 炒り豆腐 柴漬け 日向夏	ご飯 海の幸酢豚風 ほうれん草の胡麻よごし すまし汁（焼き麴） いちご
おやつ	蒸饅頭 ご飯	ほうじ茶プリン ご飯	蒸饅頭 ご飯	蒸饅頭 ご飯	蒸饅頭 ご飯	蒸饅頭 ご飯
夕食	南部焼き 青菜のめんたい和え 味噌汁（かぼちゃ）	麻婆豆腐 中華和え 中華スープ	魚の蒲焼き 厚焼き卵 味噌汁（じゃが芋）	鮭のチャンチャン焼き レモン和え すまし汁（はんぺん）	エビのケチャップ炒め 里芋のそぼろ煮 味噌汁（白菜）	鶏のピカタ ツナサラダ コンソメスープ（玉ねぎ）

※仕入れ等の都合により、予告なくメニューが変更になる場合がございます。
 ※利用者様個人のアレルギー・嗜好を考慮しメニューを変更する場合がございます。