



# 献立表

	令和02年03月01日(日)	令和02年03月02日(月)	令和02年03月03日(火)	令和02年03月04日(水)	令和02年03月05日(木)	令和02年03月06日(金)	令和02年03月07日(土)
朝	御飯 味噌汁 含め煮 和え物 あみえび佃煮 牛乳	御飯 味噌汁 炒り豆腐 和え物 ふりかけ 牛乳	パン コーンポタージュ ベーコンと野菜のソテー 南瓜サラダ ジャム 牛乳	雑炊 ししゃも お浸し あみえび佃煮 ヤクルト	御飯 味噌汁 高野卵のあんかけ風 お浸し あみえび佃煮 牛乳	パン コンソメスープ オムレツ マカロニサラダ マーガリン 牛乳	雑炊 春雨の卵とじ 和え物 漬物 ヤクルト
昼	カレーライス 漬物(福神漬) カニクリーム マカロニサラダ 杏仁豆腐	御飯 チキンカツ 付け合せ 切干大根の炒め煮 ツナの和風和え 煮豆 味噌汁	<松花堂弁当> ちらし寿司 かき揚げ 天つゆ 照り焼きチキン 筑前煮 ポテトサラダ 梅肉和え 茶碗蒸し デザート 味噌汁	御飯 魚の当座煮 付け合せ しめじと糸こんにの卵とじ 梅肉和え 漬物 お吸い物	チャンポン おにぎり 肉巻 ナムル フルーツ	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合せ いか大根 白和え フルーツ 味噌汁	天丼 ふろふき大根 ごま和え おはぎ 味噌汁
夕	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合せ 卵とじ ひじきの白和え 煮豆 味噌汁	御飯 魚の立田焼き 付け合せ なめろふき大根 なめろふき大根 漬物 お吸い物	御飯 魚のピカタ 付け合せ レンコンのきんぴら 胡瓜の酢味噌和え 漬物 お吸い物	御飯 おろしハンバーグ 付け合せ ジャーマンポテト もずくの生姜酢 煮豆 味噌汁	御飯 魚の梅煮 付け合せ 野菜炒め なます 漬物 味噌汁	御飯 魚の塩焼き 付け合せ 肉じゃが ひじきサラダ フルーツ お吸い物	御飯 魚のもろみ焼き 付け合せ 錦糸かけ 炒り豆腐 煮豆 お吸い物
朝	御飯 味噌汁 含め煮 和え物 ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 ひじきの煮物 ごま和え ふりかけ 牛乳	パン コーンポタージュ ハムと野菜のソテー ポテトサラダ ジャム 牛乳	雑炊 ししゃも お浸し 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 切干大根煮 おほかか和え ふりかけ 牛乳	パン パンブキンスープ 野菜のソテー マカロニサラダ ジャム 牛乳	雑炊 温泉卵 和え物 漬物 ヤクルト
昼	御飯 野菜炒め 揚げ出し豆腐 胡瓜の酢の物 フルーツ お吸い物	おかめうどん だし おにぎり はんぺんのフライ 生姜醤油和え フルーツみつ豆	十五穀米御飯 魚のみそ煮 付け合せ 切干大根の炒め煮 梅肉和え 漬物 お吸い物	御飯 くわ焼き 付け合せ ピーマンソテー なめろふき和え 漬物 味噌汁	御飯 魚の塩焼き 付け合せ 里芋のそぼろ煮 錦糸かけ 煮豆 味噌汁	醤油ラーメン おにぎり 春巻き ナムル フルーツ	カレーライス 漬物(福神漬) エビフライ 豆サラダ 青りんごゼリー
夕	御飯 魚の和風ムニエル 付け合せ 大豆と昆布の煮物 お浸し 漬物 味噌汁	御飯 チキンピカタ 付け合せ かぼちゃのいとこ煮 糸こんにやくの真砂和え 漬物 お吸い物	御飯 豚肉の香草焼き 付け合せ 卵とじ 南瓜サラダ 煮豆 味噌汁	御飯 魚のレモン蒸し じゃこじゃが ごま和え 漬物 味噌汁	ゆかり御飯 牛肉の柳川風 いか大根 白和え フルーツ お吸い物	御飯 魚の幽庵焼き 付け合せ 五目ひじき 胡瓜の酢の物 漬物 味噌汁	御飯 魚の長芋蒸し 大豆と昆布の煮物 桜海老の和え物 漬物 お吸い物
朝	御飯 味噌汁 高野の含め煮 和え物 味噌汁 牛乳	御飯 味噌汁 うの花 おほかか和え ふりかけ 牛乳	パン コンソメスープ スクランブルエッグ 南瓜サラダ マーガリン 牛乳	雑炊 はんぺんの卵とじ お浸し 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 炒り豆腐 ごま和え あみえび佃煮 牛乳	パン コーンポタージュ オムレツ 豆サラダ ジャム 牛乳	雑炊 魚の塩焼き 和え物 漬物 ヤクルト
昼	御飯 魚の竜田揚げ 付け合せ 切干大根の炒め煮 菜種和え 漬物 お吸い物	山かけそば そばだし おにぎり 揚げ出し豆腐 ピーナッツ和え フルーツ	御飯 魚のムニエル 付け合せ ピーマンソテー 酢味噌和え フルーツ お吸い物	カレー風味ピラフ コロケ ビーナッツ和え ゼリー(マスカット) ワンダンスープ	御飯 魚の塩焼き 付け合せ きんぴらレンコン 青菜と沢庵の和え物 煮豆 味噌汁	だしのうどん おにぎり 中華和え コロケ ゼリー	中華丼 コロケ ナムル フルーツ お吸い物
夕	御飯 すき焼き風 南瓜の含め煮 生姜醤油和え 煮豆 味噌汁	御飯 魚の西京漬け焼き 付け合せ 含め煮 なます 漬物 お吸い物	御飯 わかめ御飯 鶏肉の唐揚げ 付け合せ 含め煮 ツナ和え 漬物 味噌汁	御飯 魚の照り焼き 付け合せ 筑前煮 白和え 漬物 味噌汁	御飯 牛肉の南部焼き 付け合せ 華風卵とじ 胡瓜の酢の物 フルーツ缶 お吸い物	御飯 魚の味噌マヨ焼き 付け合せ 里芋とひじき煮物 梅肉和え 煮豆 お吸い物	御飯 チキンピカタ 付け合せ かぶのかにあんかけ ごま和え 漬物 味噌汁
朝	御飯 味噌汁 切干大根煮 和え物 味噌汁 牛乳	御飯 味噌汁 うの花 おほかか和え ふりかけ 牛乳	パン パンブキンスープ スクランブルエッグ マカロニサラダ ジャム 牛乳	雑炊 温泉卵 和え物 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 含め煮 和え物 漬物 牛乳	パン コンソメスープ ハムと野菜のソテー 南瓜サラダ マーガリン 牛乳	雑炊 ししゃも お浸し あみえび ヤクルト
昼	御飯 魚のマスタード焼き 付け合せ ジャーマンポテト もずくの生姜酢 味噌汁 煮豆	チャーハン ホタテ風味フライ 盛合わせサラダ ワンダンスープ フルーツ	御飯 揚鶏の香味ソースかけ 付け合せ 角あげと里芋の煮物 桜海老との白菜和え物 漬物 味噌汁	御飯 磯辺揚げ 付け合せ 炒り豆腐 おほかか和え 漬物 お吸い物	焼きそば おにぎり ピーナッツ和え わかめスープ オレンジゼリー	御飯 焼魚の五目あんかけ 揚げ煮 梅肉和え 煮豆 かきたま汁	マーボー丼 餃子 ポテトサラダ フルーツ わかめスープ
夕	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合せ チンゲン菜と海老の炒め ひじきの白和え 漬物 お吸い物	御飯 豆腐とれんこんのつくね焼き 付け合せ 金平ごぼう 糸こんにやくの真砂和え あみえび 味噌汁	炊き込み御飯 魚のおろし煮 付け合せ 肉じゃが風 生姜醤油和え 煮豆 お吸い物	御飯 牛肉と野菜の中華炒め いか大根 南瓜サラダ フルーツ 味噌汁	御飯 魚の青のりピカタ 付け合せ かんものおろし煮 なめろふき和え 漬物 お吸い物	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合せ 五目ひじき 春雨の酢の物 漬物 味噌汁	<夕食ハイキング> 
朝	御飯 味噌汁 高野の含め煮 和え物 ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 炒り豆腐 和え物 味噌汁 牛乳	パン コンソメスープ オムレツ ポテトサラダ ジャム 牛乳	都合により、やむを得ずメニュー内容を変更させていただく場合がございます あらかじめご了承ください			
昼	カレーライス 漬物(福神漬) 温泉卵 マカロニサラダ 杏仁豆腐	きしめん(温) だし おにぎり 魚のフライ 桜海老の和え物 桃のゼリー	御飯 海老のさつま揚げ風 付け合せ きんぴらレンコン お浸し 煮豆 味噌汁				
夕	御飯 魚のマヨネーズ焼き 付け合せ 切干大根の炒め煮 イカと胡瓜の酢味噌和え 煮豆 お吸い物	御飯 牛肉の柳川風 含め煮 もずくの生姜酢 漬物 味噌汁	御飯 魚の西京漬け焼き 付け合せ 南瓜の含め煮 ツナ和え フルーツ お吸い物				

