

2023
令和5年

3月

献立表

日

月

火

水

木

金

土

			1日	2日	3日 ひな祭り	4日
			雑炊 ししやも 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 漬物 牛乳	パン コンソメスープ オムレツ マカロニサラダ ジャム 牛乳	雑炊 春雨の卵とじ 和え物 漬物 ヤクルト
			チャンポン おにぎり 春巻 ナムル フルーツ	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合わせ いか大根 白和え 漬物 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 辛子和え 茶碗蒸し デザート お吸い物	御飯 野菜炒め 揚げ出し豆腐 酢の物 青りんごゼリー 味噌汁
			御飯 たらのピカタ 付け合わせ レンコンのきんぴら なます 漬物 お吸い物	御飯 メヌケの梅煮 付け合わせ 野菜炒め 酢味噌和え 漬物 お吸い物	御飯 さばの塩焼き 付け合わせ(大根) 肉じゃが ひじきサラダ フルーツ 味噌汁	御飯 サワラのもろみ焼き 付け合わせ 錦糸かけ 豆そぼろの炒り煮 漬物 お吸い物
			5日	6日	7日	8日
朝 御飯 味噌汁 含め煮 味付けかぶ ふりかけ 牛乳	御飯 味噌汁 ひじきの煮物 磯和え 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 ししやも お浸し 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 切干大根煮 おつか和え ふりかけ 牛乳	パン パンプキンスープ フィッシュソセージと野菜のソテー マカロニサラダ ジャム 牛乳	雑炊 はんぺんの卵とじ 和え物 漬物 ヤクルト
昼 天井 ふるふき大根 ごま和え 漬物 お吸い物	おかめうどん だし おにぎり 磯香フライ 生姜醤油和え フルーツ	十五穀米御飯 さばのみそ煮 付け合わせ 切干大根の炒め煮 梅肉和え 漬物 お吸い物	サンドイッチ カニクリーミーフライ ポテトサラダ コンソメスープ ゼリー	御飯 銀鱈の幽庵焼き 付け合わせ いか大根 錦糸かけ 煮豆 味噌汁	醤油ラーメン おにぎり 鶏肉の唐揚げ 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 バサの和風ムニエル 付け合わせ 大豆と昆布の煮物 お浸し 野菜ゼリー 味噌汁	御飯 チキンピカタ 付け合わせ かぼちゃのいとこ煮 糸こんにゃくの真砂和え 漬物 お吸い物	御飯 豚肉の香草焼き 付け合わせ 卵とじ 南瓜サラダ 煮豆 味噌汁	御飯 バサのレモン蒸し 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 里芋のそぼろ煮 白和え フルーツ お吸い物	御飯 メヌケの長芋蒸し 五目ひじき 酢の物 漬物 味噌汁	御飯 さけの塩焼き 付け合わせ 大豆と昆布の煮物 桜海老の和え物 漬物 お吸い物
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
朝 御飯 味噌汁 高野の含め煮 和え物 味付けのり 牛乳	御飯 味噌汁 うの花 おつか和え 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 ジャム 牛乳	雑炊 春雨の卵とじ お浸し 漬物(千切沢庵) 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 さばの竜田揚げ 付け合わせ 切干大根の炒め煮 菜種和え 煮豆 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 ぶどうゼリー	御飯 さけのムニエル 付け合わせ ピーナッツソテー 酢味噌和え フルーツ お吸い物	チャーハン コロケ ピーナッツ和え ゼリー(マスカット) ワンタンスープ	御飯 さばの塩焼き 付け合わせ(大根) きんぴらレンコン 青菜と沢庵の和え物 煮豆 味噌汁	★祭りめぐり 散らし寿司 鶏肉のピーナッツ味噌焼き 辛子和え ゼリー(オレンジ) あさりのお吸い物	きつねうどん だし おにぎり はんぺんフライ 中華和え フルーツポンチ
夕 御飯 すき焼き風 南瓜の含め煮 生姜醤油和え 漬物 味噌汁	御飯 さわらの西京漬け焼き 付け合わせ 含め煮 なます 漬物 お吸い物	わかめ御飯 鶏肉の唐揚げ 付け合わせ 含め煮(なす) ツナ和え 漬物 味噌汁	御飯 ぶりの照り焼き 付け合わせ 筑前煮 白和え 漬物 味噌汁	御飯 牛肉の南部焼き 付け合わせ 華風卵とじ 胡瓜の酢の物 フルーツ缶 お吸い物	御飯 マグロのフライ(タルタルソース) 付け合わせ かぶのかにあんかけ ごま和え 漬物 味噌汁	御飯 チキンピカタ 付け合わせ 里芋とひじき煮物 梅肉和え 煮豆 お吸い物
19日	20日	21日 春分の日	22日	23日	24日	25日
朝 御飯 味噌汁 切干大根煮 和え物 味付けのり 牛乳	御飯 味噌汁 うの花 おつか和え ふりかけ 牛乳	パン パンプキンスープ 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 ジャム 牛乳	雑炊 ししやも お浸し あみえび ヤクルト
昼 御飯 バサの味噌マヨ焼き 付け合わせ ジャーマンポテト もずくの生姜酢 漬物 味噌汁	御飯 揚鶏の香味ソースかけ 付け合わせ 角あげと里芋の煮物 桜海老との白菜和え物 フルーツ お吸い物	カレー風味ピラフ ホタテ風味フライ 盛合わせサラダ 季節のデザート ワンタンスープ	御飯 たらの磯辺揚げ 付け合わせ 豆そぼろの炒り煮 おつか和え 漬物 お吸い物	焼きそば おにぎり ピーナッツ和え 青りんごゼリー わかめスープ	御飯 さわらの五目あんかけ 含め煮 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 付け合わせ チンゲン菜と海老の炒め物 ひじきの白和え 野菜ゼリー お吸い物	御飯 豆腐とれんこんのつくね焼き 付け合わせ 金平ごぼう 糸こんにゃくの真砂和え あみえび 味噌汁	炊き込み御飯 魚の当座煮 付け合わせ 肉じゃが風 生姜醤油和え 煮豆 味噌汁	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 さけの青のりピカタ 付け合わせ がんものおろし煮 なめたけ和え 漬物 お吸い物	御飯 豚肉の生姜焼き 付け合わせ 五目ひじき 春雨の酢の物 漬物 味噌汁	<バイキング>
26日	27日	28日	29日	30日	31日	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。
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 味付けのり 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	雑炊 ししやも 和え物 漬物 ヤクルト	御飯 味噌汁 うの花 和え物 ふりかけ 牛乳	パン コーンポタージュ スクランブルエッグ 南瓜サラダ 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) コロケ マカロニサラダ 杏仁フルーツ	きしめん(温) だし おにぎり 鶏肉の唐揚げ 桜海老の和え物 桃のゼリー	御飯 海老のさつま揚げ風 付け合わせ きんぴらレンコン お浸し 煮豆 味噌汁	御飯 金目鯛のおろし煮 付け合わせ 卵とじ 和え物 漬物 お吸い物	十五穀米御飯 さけのピカタ 付け合わせ れんこんの煮物 スパゲティーサラダ 漬物 味噌汁	肉うどん つゆ(うどん) おにぎり コロケ しらす和え フルーツ	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。
夕 御飯 バサのマヨネーズ焼き 付け合わせ 切干大根の炒め煮 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	菜飯 さわらの西京漬け焼き 付け合わせ 南瓜の含め煮 ツナ和え フルーツ お吸い物	御飯 鶏の照り焼き 付け合わせ きんちやくの煮物 おつか和え 漬物 味噌汁	御飯 豚肉と野菜のみそ炒め じゃこじゃが なめたけ和え 煮豆 お吸い物	御飯 バサの和風ムニエル 付け合わせ 大根のかにあんかけ 和え物 漬物 味噌汁	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。