

2026年
令和8年

3月献立表

3月1日(日)	3月2日(月)	3月3日(火)	3月4日(水)	3月5日(木)	3月6日(金)	3月7日(土)
御飯 味噌汁 含め煮・味付めかぶ 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 塩焼き お浸し・漬物 乳酸菌飲料	御飯 味噌汁 切干大根煮 おかか和え・ふりかけ 牛乳	パン パンプキンスープ フィッシュソーゼージと野菜のソテー 豆サラダ・ジャム 牛乳	雑炊 はんぺんの卵とし ごま和え・漬物 乳酸菌飲料
御飯 バサの和風ムニエル 付け合わせ 揚げ出し豆腐 酢の物 青りんごゼリー 味噌汁	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	<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・辛子和え ポテトサラダ 茶碗蒸し・デザート お吸い物	サンドイッチ カニクリームフライ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ オレンジゼリー	御飯 ぶりの幽庵焼き 付け合わせ いか大根 錦糸かけ 煮豆 味噌汁	カレーライス 漬物(福神漬) エビフライ マカロニサラダ 青りんごゼリー	醤油ラーメン おにぎり 鶏肉の唐揚げ ナムル フルーツ
御飯 野菜炒め 大豆と昆布の煮物 お浸し・フルーツ お吸い物	御飯 豚肉の柳川風 かぼちゃのいとし煮 糸こんにゃくの真砂和え 漬物・味噌汁	御飯 あじのもろみ焼き 付け合わせ 卵とし・南瓜サラダ 煮豆・味噌汁	御飯 バサのレモン蒸し 里芋のそぼろ煮 ごま和え 漬物・味噌汁	ゆかり御飯 豚肉の香草焼き 付け合せ・磯和え じゃこじゃが フルーツ・お吸い物	御飯 さけの塩焼き 付け合わせ(大根) 五目ひじき・漬物 酢の物・味噌汁	御飯 赤魚の長芋蒸し 大豆と昆布の煮物 桜海老の和え物 漬物・お吸い物
3月8日(日)	3月9日(月)	3月10日(火)	3月11日(水)	3月12日(木)	3月13日(金)	3月14日(土)
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 ジャム・牛乳	雑炊 春雨の卵とし お浸し 漬物 乳酸菌飲料	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 マカロニサラダ ジャム・牛乳	雑炊 塩焼き お浸し 漬物 乳酸菌飲料
御飯 さばの竜田揚げ 切干大根の炒め煮 菜種和え・煮豆 付け合せ・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 あじのムニエル ビーフンソテー 酢味噌和え・フルーツ 付け合せ・お吸い物	御飯 さばの塩焼き・煮豆 付け合わせ(大根) 青菜と沢庵の和え物 きんぴらカツ・味噌汁	御飯 韓国風肉豆腐・和え物 がんもとかぶの含め煮 キウイゼリー 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	エビピラフ 焼売 ピーナッツ和え コンソメスープ デザート
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 かつおおかか和え 漬物・味噌汁	御飯 牛肉の南部焼き 付け合わせ 筑前煮・白和え 漬物・味噌汁	御飯 ぶりの照り焼き 付け合せ・華風卵焼 胡瓜の酢の物 フルーツ・味噌汁	御飯 チキンピカタ 付け合せ・梅肉和え 里芋とひじき煮物 煮豆・お吸い物	御飯 マグロのフライ(カルパチーオ) 付け合せ・ごま和え 冬瓜のかにあんかけ 漬物・味噌汁
3月15日(日)	3月16日(月)	3月17日(火)	3月18日(水)	3月19日(木)	3月20日(金)	3月21日(土)
御飯 味噌汁 切干大根煮 おかか和え 味付けのり・牛乳	御飯 味噌汁 うの花 磯和え 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 だし巻き卵 ごま和え 漬物 乳酸菌飲料	御飯 味噌汁 含め煮 おかか和え 漬物・牛乳	パン コンソメスープ ハムと野菜のソテー 豆サラダ ジャム・牛乳	雑炊 春雨の卵とし お浸し あみえび 乳酸菌飲料
御飯 バサの味噌マヨ焼き 付け合せ・味噌汁 ジャーマンポテト もずくの生姜酢 ゼリー(オレンジ)	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 マスケットのゼリー わかめスープ	御飯 たららの磯辺揚げ 付け合わせ 豆そぼろの炒り煮 おかか和え 漬物・お吸い物	焼きそば おにぎり ピーナッツ和え 青りんごゼリー わかめスープ	御飯 さばの五目あんかけ 含め煮 梅肉和え 煮豆 かきたま汁	炊き込み御飯 鶏肉のピカタ 付け合わせ 角あげとかぶの煮物 桜海老と青菜の和え物 漬物・お吸い物
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 ドレッシング和え 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	御飯 さばの当座煮 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 あじの青のりピカタ 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	御飯 バサの和風ムニエル 付け合わせ 豆そぼろの炒り煮 ドレッシング和え フルーツ・味噌汁
3月22日(日)	3月23日(月)	3月24日(火)	3月25日(水)	3月26日(木)	3月27日(金)	3月28日(土)
御飯 味噌汁・和え物 高野の含め煮 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 塩焼き お浸し 漬物・乳酸菌飲料	御飯 味噌汁 うの花・ごま和え ふりかけ・牛乳	パン コーンポタージュ 南瓜サラダ・ジャム スクランブルエッグ・牛乳	雑炊 だし巻き卵 和え物 漬物・乳酸菌飲料
御飯 豚肉の南部焼き 付け合わせ 茄子の煮物・辛子和え フルーツ・味噌汁	きしめん(温) だし・おにぎり ささみフライ 桜海老の和え物 桃のゼリー	御飯 海老のさつま揚げ風 付け合わせ・お浸し きんぴらレンコン 煮豆・味噌汁	御飯 赤魚のおろし煮 付け合わせ 卵とし・和え物 漬物・お吸い物	十五穀米御飯 あじのピカタ・漬物 れんこんの煮物 スパゲティサラダ 付け合わせ・味噌汁	肉うどん つゆ(うどん) おにぎり コロッケ しらす和え・フルーツ	カレーライス 漬物(福神漬) コロッケ マカロニサラダ 杏仁フルーツ
御飯 バサのマネー煮焼き 切干大根の炒め煮 酢味噌和え・煮豆 付け合せ・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 さけの西京漬け焼き 付け合せ・ツナ和え 南瓜の含め煮 フルーツ・お吸い物	御飯 鶏肉の照り焼き 付け合わせ なすの煮物・漬物 おかか和え・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 さけのマスタード焼き 大根のかにあんかけ ドレッシング和え・漬物 付け合わせ・味噌汁	<バイキング> 
3月29日(日)	3月30日(月)	3月31日(火)				
御飯 味噌汁 含め煮・ごま和え 漬物・牛乳	御飯 味噌汁・和え物 切干大根煮 ふりかけ・牛乳	パン コーンポタージュ 豆サラダ・ジャム 野菜のソテー・牛乳				
御飯 たららの磯辺揚げ 付け合せ・辛子和え ビーフンソテー 煮豆・味噌汁	牛丼 ひじきの煮物 ごま和え フルーツ お吸い物	山かけそば そばだし・おにぎり ささみフライ おかか和え フルーツ				
御飯 豚肉の香草焼き 炊き合わせ・漬物 もずくの生姜酢 付け合せ・お吸い物	御飯 かれいの梅煮 付け合わせ 筑前煮・磯和え 漬物・味噌汁	御飯 野菜炒め 餃子 中華和え 漬物・お吸い物				