

# 3月の献立表

日	月	火	水	木	金	土
						1 ご飯 カレイのたらこソースかけ 舞茸とごぼうの煮物 白菜ピーナツ和え 味噌汁(切干) プリン
2	3	4	5	6	7	8
ご飯 メンチカツ 小松菜おかか煮 春雨サラダ すまし汁(はんぺん) 白い風船	散らし寿司 南瓜のいとこ煮 菜の花辛子和え すまし汁(あさり) キウイフルーツ 季節の和菓子	醤油ラーメン ハムカツ ごぼうと胡瓜のサラダ 杏仁豆腐 おかきのり塩	ご飯 魚の照りマヨ焼き ジャーマンポテト 小松菜わさび醤油和え 味噌汁(豆腐) ロールケーキコーヒー	カレーライス ホタテ風フライ グリーンサラダ ヨーグルト 黒糖まんじゅう	ご飯 白身魚のムニエル 人参さっと煮 ほうれん草のお浸し すまし汁(とろろ昆布) クリームパン	ご飯 揚げ出し豆腐 里芋バター醤油炒め アスパラと鶏の梅和え 味噌汁(大根) メロンゼリー
9	10	11	12	13	14	15
ご飯 チキンピカタ 茄子のソテー カリフラワーのごま和え 味噌汁(豆腐) 味しらべ	ご飯 和風ハンバーグ さつまいもバター煮 もやしと大葉の和え物 コーンスープ カステラ	ご飯 エビチリ エンドウの炒め物 春雨の中華風和え 味噌汁(ごぼう) ロールケーキバニラ	ご飯 タラの塩野菜あんかけ 豆腐の田楽 さつまいもサラダ 味噌汁(もやし) おかきえび	ご飯 豚肉のスタミナ炒め がんもの煮物 もやしとハムの和え物 すまし汁(えび) ベビーシュー	焼きそば えびシューマイ ほうれん草のしそマヨ和え 味噌汁(大根) クリームコンフェ	ご飯 タラのねぎ味噌焼き さつまいもと豚肉煮 ブロッコリーのピーナツ和え すまし汁(おつゆ麩) ヨーグルト
16	17	18	19	20	21	22
ご飯 カレイの照り煮 ピーマンと茄子の味噌炒め おからサラダ すまし汁(かまぼこ) 黒棒	ご飯 豚肉のすき煮風 キャベツと干しエビの炒め物 ごぼうの胡麻ドレ和え 味噌汁(あさり) バームクーヘン	ご飯 味噌かつ さつまいもレモン煮 ブロッコリーとツナの和え物 すまし汁(とろろ昆布) ババロア	五目うどん 竹輪の磯辺揚げ 大根サラダ りんご缶 白あんぱん	ご飯 さばの幽庵焼き 茄子のきんぴら パンプキンサラダ 味噌汁(わかめ) 抹茶まんじゅう	ご飯 豆腐チャンブル かぼちゃの煮つけ 菜の花の柚風味和え すまし汁(しいたけ) ミニたい焼き	ご飯 鶏肉の角煮風 冬瓜のかにあんかけ スバゲティサラダ 味噌汁(白菜) いちごゼリー
23	24	25	26	27	28	29
ご飯 白身魚のフライ ツナじゃが もずく酢 味噌汁(えのき) 水ようかん	中華丼 シューマイ キャベツのごま和え 卵スープ カスタードケーキ	ご飯 豚肉とブロッコリーの炒め物 がんもの煮物 えんどうのサラダ 味噌汁(大根) ピーナツパン	ご飯 タラのみぞれ煮 そぼろきんぴら もやしのゆかり和え 味噌汁(おつゆ麩) ドーナツ	ご飯 鶏肉のもろみ焼き 高野豆腐 五目とろろ すまし汁(えのき) 酒まんじゅう	ご飯 巣ごもり卵 大根の煮物 ツナときのこのサラダ 味噌汁(ごぼう) ロールケーキチョコ	ご飯 白身魚のごま照り焼き さつまいも甘煮 白菜おかか和え 味噌汁(もやし) 田舎まんじゅう
30	31					
ご飯 オムレツのミートソースかけ もやしとニラの炒め物 ポテトサラダ コーンスープ オレンジゼリー	ご飯 ホキの揚げ煮 かぼちゃのソテー 白菜の和え物 味噌汁(豆腐) パンケーキ 黒蜜きなこ					

仕入れの都合により、献立は予告なく変更する場合があります。

# 4月の献立表

日	月	火	水	木	金	土
		1 ご飯 照り焼きハンバーグ 舞茸とごぼうの煮物 チンゲン菜のわさび醤油和え 味噌汁(玉ねぎ) おかきのり塩	2 ご飯 カレイの煮つけ えびと卵のあっさり炒め 白菜の和え物 味噌汁(豆腐) ベビーシュー	3 ご飯 チキンのバーベキューソテー ほうれん草のソテー スパゲティサラダ 味噌汁(もやし) 田舎まんじゅう	4 きつねうどん 竹輪の磯辺揚げ もやしと木くらげのポン酢和え もも缶 クリームパン	5 ご飯 白身魚の南蛮漬け キャベツのカレー炒め 小松菜のお浸し 味噌汁(切干) 水ようかん
6	7	8	9	10	11	12
ご飯 鶏肉のピカタ 糸昆布煮 ツナときのごサラダ 味噌汁(豆腐) 味しらべ	竹の子ごはん 天ぷら 炊き合わせ すまし汁(あさり) キウイフルーツ 季節の和菓子	カレーライス カニクリームコロッケ アスパラサラダ ヨーグルト カステラ	ご飯 鶏のから揚げ 人参さっと煮 ブロッコリーサラダ 味噌汁(もやし) ロールケーキバナナ	ご飯 エビマヨ コンソメポテト 春雨の中華風サラダ すまし汁(白菜) クリームコンフェ	焼きそば エビシューマイ 海藻サラダ 味噌汁(大根) 白こしあんまんじゅう	ご飯 白身魚のフライ さつま芋と豚肉煮 白菜おかか和え すまし汁(おつゆ麩) メロンゼリー
13	14	15	16	17	18	19
ご飯 さばの味噌煮 キャベツと干しエビの炒め物 おからサラダ すまし汁(かまぼこ) 黒棒	ご飯 照りマヨチキン 豆腐田楽 ごぼうサラダ すまし汁(あさり) たい焼き	ご飯 さばの竜田揚げ さつまいもレモン煮 ブロッコリーとツナの和え物 すまし汁(とろろ昆布) パンケーキ(抹茶)	あんかけうどん 厚焼き卵 ポテトサラダ フルーツミックス ピーナツパン	ご飯 メンチカツ 茄子のきんぴら パンプキンサラダ 味噌汁(わかめ) おかきえび	ご飯 カレイの中華香味ソース がんもの煮つけ 菜の花の柚風味和え すまし汁(白はんぺん) バームクーヘン	ご飯 鶏肉の角煮風 里芋の煮ころがし スパゲティサラダ 味噌汁(白菜) 白い風船
20	21	22	23	24	25	26
ご飯 ホキのムニエル 南瓜のソテー もずく酢 味噌汁(えのき) ヨーグルト	そばろ丼 煮奴 キャベツのごま和え 味噌汁(ごぼう) カスタードケーキ	ご飯 豚肉とブロッコリーの炒め物 大根と人参の煮物 エンドウのサラダ 味噌汁(なす) あんぱん	ご飯 たらのみぞれ煮 インゲンのきんぴら もやしのゆかり和え 味噌汁(おつゆ麩) ドーナツ	ご飯 鶏肉のもろみ焼き 高野豆腐 五目とろろ すまし汁(えのき) 黒糖まんじゅう	ご飯 チキンカツ じゃがいもたらこ炒め 菜の花の辛子和え すまし汁(とろろ昆布) ロールケーキチョコ	ご飯 厚揚げとエビの炒め物 さつま芋甘煮 白菜おかか和え 味噌汁(もやし) 抹茶まんじゅう
27	28	29	30			
ご飯 豚すき風 カリフラワーとじゃこ炒め ポテトサラダ 味噌汁(切干) オレンジゼリー	ご飯 豆腐ハンバーグ アスパラのソテー 白菜の塩昆布和え すまし汁(しいたけ) パンケーキ(メープル)	ご飯 ホキの磯辺揚げ 冬瓜のかにあんかけ コールスローサラダ 味噌汁(なめこ) プリン	豚丼 五目厚焼き玉子 竹輪と胡瓜のごま和え 味噌汁(巻き麩) 酒まんじゅう			