

献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	夕食
3月 3日 日曜日	ご飯 味噌汁 切干煮 ふりかけ	パン スープ 切干煮 デザート	牛肉のすき焼き風 (ら)鶏団子のすき焼き風 春雨とザーサイのスープ 大根サラダ	カラスカレイの味噌マヨ焼き キャベツの辛し和え ひじきと金時豆煮
3月 4日 月曜日	ご飯 味噌汁 厚揚げ煮 ゆずみそ	パン スープ 厚揚げ煮 デザート	ぶりの幽庵焼き (ら)さわらの幽庵焼き 大根なます ニラ玉風蒸し玉子	ポークカレー ごま豆腐 きんぴらごぼう
3月 5日 火曜日	ご飯 味噌汁 煮豆 たいみそ	パン スープ 煮豆 デザート	❀特別献立❀ ちらし寿司 えびのつみれ汁 大根のくず煮 菜花の辛し和え いちご	赤魚の煮付け 卵とじ もずくの酢のもの
3月 6日 水曜日	ご飯 味噌汁 たまご豆腐 ふりかけ	パン スープ たまご豆腐 デザート	鶏ももの治部煮 (ら)鶏団子の治部煮 ジャーマンポテト ポパイサラダ	鮭の黄金焼き 豆腐の肉そぼろあん 白菜のスープ
3月 7日 木曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 のり佃	パン スープ いんげん煮 デザート	カラスカレイの生姜焼き ブロッコリーのミモザサラダ 大豆の炒めもの	クリームシチュー チーズ入りいなり キャベツのしらす和え
3月 8日 金曜日	ご飯 味噌汁 里芋煮 卵風味ソース	パン スープ 里芋煮 デザート	チキンソテー おろしソースがけ マカロニサラダ 粉豆腐煮	あじの和風ステーキ (特ら)さわらの和風ステーキ けんちん汁 ほうれん草のわさび和え
3月 9日 土曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 のり佃	パン スープ 人参煮 デザート	甘塩さばの盛り合わせ 野菜炒め 山芋ときゅうりのサラダ	豚肉のねぎ塩炒め なめこおろし (ら)なめたけおろし オムレツ



土曜おやつ

たこ焼き