

献立予定表

いこいの森

	朝食		昼食	夕食
3月 26日 日曜日	ご飯 味噌汁 切干煮 ゆずみそ	パン スープ 切干煮 デザート	焼きそば きゅうりの酢のもの 豆腐のお吸い物	さわらのねぎ味噌焼き ほうれん草のお浸し 新玉ねぎの卵とじ
3月 27日 月曜日	ご飯 味噌汁 たまご豆腐 のり佃	パン スープ たまご豆腐 デザート	鰯のムニエル 野菜ソースがけ (特ら)カラスカレイのムニエル 里芋煮 菜花の辛し和え	鶏ささ身の梅みそ蒸し (ら)ハンバーグの梅みそ蒸し ひじきの炒め煮 ツナ奴
3月 28日 火曜日	ご飯 味噌汁 厚揚げ煮 ふりかけ	パン スープ 厚揚げ煮 デザート	チキンカツ なすと新玉ねぎのごま和え ほうれん草のオムレツ	カラスカレイの磯辺焼き 豆腐ときゅうりのサラダ 長芋の白みそ煮
3月 29日 水曜日	ご飯 味噌汁 ごぼう煮 たいみそ	パン スープ ごぼう煮 デザート	ぶりの生姜あん (ら)赤魚の生姜あん 人参のきんぴら キャベツのおかか和え	牛肉の柳川風 (ら)豚肉の柳川風 ほうれん草のごま和え 豆腐の肉みそあんかけ
3月 30日 木曜日	ご飯 味噌汁 人参煮 のり佃	パン スープ 人参煮 デザート	豚肉と菜花の中華炒め (ら)やわらか鶏団子の中華炒め たまご焼き きゅうりとしらすの酢の物	さばのポン酢焼き 枝豆のポタージュ マカロニサラダ
3月 31日 金曜日	ご飯 味噌汁 いんげん煮 ふりかけ	パン スープ いんげん煮 デザート	鮭のごま風味焼き キヌサヤと新玉ねぎの卵とじ (ら)みつ葉と新玉ねぎの卵とじ キャベツとなめ苺の生姜和え	和風チキンカレー 冷や奴 なすの煮物
4月 1日 土曜日	ご飯 味噌汁 れんこん煮 卵風味ソース	パン スープ れんこん煮 デザート	はんぺんと野菜入りハンバーグ 大根とハムのサラダ さつま芋と豆の煮物	赤魚の煮付け 人参とさつま揚げのバターソテー ブロッコリーのタルソースがけ



土曜おやつ

今川焼き