

<< 献立表 >>

22/ 3/ 1(火) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 青菜 竹輪のきんぴら 漬け物 牛乳	22/ 3/ 2(水) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 わかめ 大根と人参含め煮 漬け物 牛乳	22/ 3/ 3(木) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 茄子 豚肉と野菜のキムチ炒め ふりかけ(のり) 牛乳	22/ 3/ 4(金) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 さつま芋 豆腐のおかか煮 漬け物 牛乳	22/ 3/ 5(土) 201:常食 ＜朝食＞A食 チョコアイツク/材料ターブル コンソメスープ ほうれん草とウインナーのソテー カフェオーレ	22/ 3/ 6(日) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 白菜 フロッコリーとわかめの梅マヨネーズ 漬け物 牛乳	22/ 3/ 7(月) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 はんぺん ひじき煮 漬け物 牛乳
22/ 3/ 1(火) 201:常食 ＜昼食＞A食 ケチャップライス クリームシチュー ハムチーズフライ そら豆サラダ	22/ 3/ 2(水) 201:常食 ＜昼食＞A食 米飯 鶏肉の唐揚げ (付)ドレッシングかけ じゃがいものツナ煮 ごま和え 味噌汁 玉葱	22/ 3/ 3(木) 201:常食 ＜昼食＞A食 桜の散らし寿司 ★★ 筑前煮 すまし汁 貝 每ちらしゼリー	22/ 3/ 4(金) 201:常食 ＜昼食＞A食 米飯 八宝菜 シュウマイ 切り干し大根サラダ 華風卵スープ	22/ 3/ 5(土) 201:常食 ＜昼食＞A食 ポークカレー ★ カリフラワーのサラダ オレンジゼリー ★	22/ 3/ 6(日) 201:常食 ＜昼食＞A食 米飯 鶏肉の有馬焼き (付)ソテー れんこん煮物 胡瓜とわかめの酢の物 とろろ汁	22/ 3/ 7(月) 201:常食 ＜昼食＞A食 米飯 あじフライ (付)サラダ 肉団子と野菜の煮物 ほうれん草のサラダ ★ オニオンスープ
22/ 3/ 1(火) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 ホイコーロー ◎ 青菜の煮浸し カリフラワーレモン和え	22/ 3/ 2(水) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 肉豆腐 はんぺんマヨネーズ 醤油焼き ピーマンの中華和え	22/ 3/ 3(木) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 白身魚のフリッター (付)キャベツ ☆ フロッコリーカニあんかけ スパゲティサラダ コンソメスープ	22/ 3/ 4(金) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 照り焼きハンバーグ (ソース) 照り焼きソース (付)ソテー 絹さやとベーコンの炒め物 オクラのおかか和え	22/ 3/ 5(土) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 魚の西京焼き (付)ソテー 野菜の旨煮 ゆかり和え 清汁麩	22/ 3/ 6(日) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 メンチカツ* (ソース) ケチャップソース (付)ゆで野菜 大豆と野菜のトマト煮 ★ 水菜サラダ	22/ 3/ 7(月) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 豚肉の柳川風 金平こんにゃく 菜花のからし和え

<< 献立表 >>

22/ 3/ 8(火) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁かぶ ピーマンとじゃこ炒り煮 漬け物 牛乳	22/ 3/ 9(水) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁豆腐 小松菜としめじの炒め物 漬け物 牛乳	22/ 3/10(木) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁春菊 フレーク缶(まぐろ) 漬け物 牛乳	22/ 3/11(金) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁わかめ 厚揚げ含め煮 漬け物 牛乳	22/ 3/12(土) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 材黒糖ロールバターロール トマトスープ マカロニサラダ カフェオーレ	22/ 3/13(日) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁もやし 厚焼き卵 漬け物 牛乳	22/ 3/14(月) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁きのこ ちくわのごま煮 漬け物 牛乳
22/ 3/ 8(火) 201:常食 ＜昼食＞A食 米飯 豚肉しょうが焼き (付) ソテー さつま揚げと野菜炒り煮 わさび和え 味噌汁いんげん	22/ 3/ 9(水) 201:常食 ＜昼食＞A食 白湯ラーメン わかめご飯 焼きぎょうざ ◎ モモ缶	22/ 3/10(木) 201:常食 ＜昼食＞A食 ピビンバ丼 ★ ★錦糸卵 ★ パリッと中華ポテト パンサンズー ヨーグルトジャムかけ	22/ 3/11(金) 201:常食 ＜昼食＞A食 米飯 味噌カツ ★ (外) 甘味噌 南瓜の土佐煮 ゴマ酢和え(もやし) 野菜のすまし汁	22/ 3/12(土) 201:常食 ＜昼食＞A食 米飯 チンジャオロースー ◎ ◎◎ 白菜煮浸し いんげんのごまみそ和え 中華スープ	22/ 3/13(日) 201:常食 ＜昼食＞A食 チキンカレー ★ 海そうサラダ あずき入り牛乳かん	22/ 3/14(月) 201:常食 ＜昼食＞A食 米飯 かに玉 (外) 中華タレ (付) ゆで野菜 さつまいもレモン煮 カリフラワーのサラダ ワンドンスープ
22/ 3/ 8(火) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 スペイン風オムレツ (付) ゆで野菜 魚肉ソーセージと野菜のソテー しそ風味野菜サラダ	22/ 3/ 9(水) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 鶏肉の香草パン粉焼き ★ (付) ソテー 野菜の卵とじ コールスローサラダ	22/ 3/10(木) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 さばの生姜煮 ★ ★ (付) 花人参 里芋のそぼろ煮 ほうれん草の磯和え 味噌汁大根	22/ 3/11(金) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 ごぼう入り鶏つくね ★ (外) 和風たれ ★ さやいんげんソテー ミックスサラダ	22/ 3/12(土) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 豚肉と大根の旨煮 ビーフンの炒め物 お浸し(ほうれん草)	22/ 3/13(日) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 鮭のマヨネーズコーン焼き ★ (付) ソテー 高野豆腐含め煮 キャベツのゆかり和え 味噌汁茄子	22/ 3/14(月) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 豚肉のはちみつソース炒め (付) ソテー 切干大根含め煮 胡瓜とわかめの酢の物

<< 献立表 >>

22/ 3/15(火) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁里芋 野菜のツナ和え のり佃煮 牛乳	22/ 3/16(水) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁玉葱 さといも青のりかけ ★ ふりかけ 牛乳	22/ 3/17(木) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁キャベツ 豆腐の山椒味噌かけ 漬け物 牛乳	22/ 3/18(金) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁青菜 フロッコリーカニあんかけ 漬け物 牛乳	22/ 3/19(土) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁春菊 じゃがいもごま煮 漬け物 牛乳	22/ 3/20(日) 201:常食 ＜朝食＞ A食 クリームシフォン/材料ロール コーンスープ ふわふわエッグ カフェオーレ	22/ 3/21(月) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁キャベツ 小松菜としめじの炒め物 漬け物 牛乳
22/ 3/15(火) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 すき焼き風煮 はんぺんのねぎみそ焼き 野菜のこんぶ和え 清汁なると	22/ 3/16(水) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 豚肉のねぎ塩焼き (付) ソテー なすの炒め煮 ピーナッツ和え 味噌汁麩	22/ 3/17(木) 201:常食 ＜昼食＞ A食 牛肉とレタスのチャーハン 豚肉と野菜のキムチ炒め ほうれん草のナムル フルーツ (パイ)	22/ 3/18(金) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 ハンバーグ茸ソースかけ (付) きのこソース (付) ソテー のっぺい煮 白菜のごま酢和え わかめスープ	22/ 3/19(土) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 鶏肉のオレンジ風味焼き (付) ソテー ごとしらたきの揚げ和風 豆腐のサラダ 味噌汁里芋	22/ 3/20(日) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 ロールキャベツ 南瓜のキッシュ ★ スパゲティサラダ コンソメスープ	22/ 3/21(月) 201:常食 ＜昼食＞ A食 ハヤシライス 盛り合わせサラダ1 黒糖ゼリー ★
22/ 3/15(火) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 手作りコロケ (付) ドレッシングかけ 青菜の煮浸し ひじきビタミンサラダ	22/ 3/16(水) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 鶏肉と野菜の味噌豆乳煮 ゆと野菜のオイスター炒め ★ オクラのおかか和え	22/ 3/17(木) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 ぶりの照り焼き (付) ソテー きんぴらごぼう 菜花のからし和え とろろ汁	22/ 3/18(金) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 豚肉とキャベツの味噌炒め 大根と人参含め煮 お浸し	22/ 3/19(土) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 半片のはさみ揚げ ★ 肉団子と野菜の煮物 ほうれん草のなめたけ和え	22/ 3/20(日) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 豚肉中華風うま煮 竹輪のきんぴら ピーマンの中華和え	22/ 3/21(月) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 魚煮付け ★ ★ (付) 花人参 炒り豆腐 白菜の昆布和え 味噌汁貝

22/ 3/22(火) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁わかめ ひじき煮 漬け物 牛乳	22/ 3/23(水) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁かぶ 山路椀 漬け物 牛乳	22/ 3/24(木) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁南瓜 ピーマンとじゃこ炒り煮 漬け物 牛乳	22/ 3/25(金) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁玉葱 竹輪の華風炒め 漬け物 牛乳	22/ 3/26(土) 201:常食 ＜朝食＞ A食 材黒糖ロール/バターロール かぼちゃスープ ほうれん草とウインナーの汁 カフェオーレ	22/ 3/27(日) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁茄子 フレーク缶(まぐろ) 漬け物 牛乳	22/ 3/28(月) 201:常食 ＜朝食＞ A食 米飯 味噌汁春菊 厚揚げ含め煮 ふりかけ 牛乳
22/ 3/22(火) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 牛肉と彩り野菜の炒め物 白菜煮浸し ごぼうサラダ 中華風スープ	22/ 3/23(水) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 ササミしそ巻きフライ ◎ (付) サラダ さやいんげんソテー 二色サラダ 野菜のミルクスープ	22/ 3/24(木) 201:常食 ＜昼食＞ A食 紅鮭入りとろろ丼 ★ レバーの甘辛煮 ほうれん草きのこ和え 牛乳入り茶碗蒸し ★	22/ 3/25(金) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 油淋鶏(ユーリンチー) ◎ (付) ゆで野菜 五目煮メ 大根はりはりサラダ オニオンスープ	22/ 3/26(土) 201:常食 ＜昼食＞ A食 焼きそば ★ ゆかりご飯 ササミとアツパインのゴマ和 フルーツ(ミカ缶)	22/ 3/27(日) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 五目豆腐 春巻 切り干し大根サラダ 卵スープ	22/ 3/28(月) 201:常食 ＜昼食＞ A食 米飯 はちみつ鶏 付け合わせ 南瓜の含め煮 グリーンサラダ トマトスープ
22/ 3/22(火) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 親子煮 (つゆ) 牛ミンチのコロッケ ★ そら豆サラダ	22/ 3/23(水) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 酢豚風煮 ★★ さつまいもの甘煮 春雨のさっぱりサラダ ★	22/ 3/24(木) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 ひき肉と白菜重ね蒸し (タレ) 銀あん マカロニカレーソテー アスパラとハムのサラダ	22/ 3/25(金) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 いも煮 はんぺんピカタ もやしとにらのナムル	22/ 3/26(土) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 鱈の蒲焼き (付) 和えもの 金平こんにゃく ごま和え 味噌汁水菜	22/ 3/27(日) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 ポークチャップ ソース 付け合わせ ジャーマンポテト 青菜のサラダ	22/ 3/28(月) 201:常食 ＜夕食＞ A食 米飯 ブルコギ シュウマイ いんげんのピーナッツ和え

22/ 3/29(火) 201:常食	22/ 3/30(水) 201:常食	22/ 3/31(木) 201:常食				
<朝食> A食 米飯 味噌汁豆腐 青菜の煮浸し 漬け物 牛乳	<朝食> A食 米飯 味噌汁白菜 アロコリと加加の梅マネズ 漬け物 牛乳	<朝食> A食 米飯 味噌汁青菜 大根の信田煮 漬け物 牛乳				
22/ 3/29(火) 201:常食	22/ 3/30(水) 201:常食	22/ 3/31(木) 201:常食				
<昼食> A食 シーフードカレー ★ コールスローサラダ プリンアラモード (ソース) カaramelソース ★	<昼食> A食 米飯 ハンバーグ (ソース) ケチャップソース (付) ソテー ちくわのごま煮 ネバネバ和え物 味噌汁麩	<昼食> A食 米飯 マーボー豆腐 ◎ 焼きぎょうざ ◎ さつま芋サラダ 中華スープ				
22/ 3/29(火) 201:常食	22/ 3/30(水) 201:常食	22/ 3/31(木) 201:常食				
<夕食> A食 米飯 さんまの塩焼き (付) 卸し 五目大豆 胡瓜とわかめの酢の物 すまし汁	<夕食> A食 米飯 豚肉じゃが 絹さやとベーコンの炒め物 ゆかり和え	<夕食> A食 米飯 鶏肉の梅照り焼き ◎ 付け合わせ はんぺんの煮物 お浸し				