

23/3/1(水) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 煮浸し物 漬け物 牛乳	23/3/2(木) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 ふわふわエッグ 漬け物 牛乳	23/3/3(金) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 ちくわのごま煮 ふりかけ(のり) 牛乳	23/3/4(土) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 ピーマンとじゃこ炒り煮 漬け物 牛乳	23/3/5(日) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 材黒糖ロール/バターロール コンソメスープ チーズ入りキャベツサラダ カフェオーレ	23/3/6(月) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 大根とちくわ煮物 味噌汁 漬け物 牛乳	23/3/7(火) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 青菜の炒め物 漬け物 牛乳
23/3/1(水) 201:常食 ＜昼食＞A食 米飯 鶏肉の味噌焼き (付) ソテー ゆかり和え 清汁まいたけ フルーツヨーグルトかけ	23/3/2(木) 201:常食 ＜昼食＞A食 ハヤシライス 盛り合わせサラダ1 プリンアラモード	23/3/3(金) 201:常食 ＜昼食＞A食 桜の散らし寿司 ★★ 筑前煮 清汁花麩 母ちらしゼリー	23/3/4(土) 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	23/3/5(日) 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	23/3/6(月) 201:常食 ＜昼食＞A食 米飯 八宝菜 シュウマイ カリフラワーレモン和え はるさめスープ	23/3/7(火) 201:常食 ＜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 三色きんぴら ゴマ酢和え(もやし) 味噌汁水菜
23/3/1(水) 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	23/3/2(木) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 魚煮付け (付) 花人参 いも天 ひじきビタミンサラダ 豚汁	23/3/3(金) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 さげのチャンチャン焼き ◎ 大根のべっこう煮 おくらとえのきからし和え 野菜のすまし汁	23/3/4(土) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 牛肉の柳川風 田楽 (丸) 甘味噌 カリフラワーのサラダ 清汁とろろ昆布	23/3/5(日) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 あじのみりん焼き (付) 和えもの 高野豆腐含め煮 ごぼうサラダ 味噌汁もやし	23/3/6(月) 201:常食 ＜夕食＞A食 豚肉とキノコの和風チャーハン ほうれん草のナムル 華風卵スープ さつま芋ムース ★	23/3/7(火) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 白身魚のフリッター (付) キャベツ じゃが芋とさつまあげ煮物 漬物(即席漬け) 清汁なると

23/ 3/ 8(水) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 大豆入りひじき煮 漬け物 牛乳	23/ 3/ 9(木) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 金平こんにゃく ふりかけ 牛乳	23/ 3/10(金) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 野菜のツナ和え のり佃煮 牛乳	23/ 3/11(土) 201:常食 ＜朝食＞A食 フコイダク/林檎/ターロル コーンスープ ほうれん草とウイナのソテー カフェオーレ	23/ 3/12(日) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 マカロニサラダ 漬け物 牛乳	23/ 3/13(月) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 オムレツ五目あんかけ (外)五目あん ふりかけ 牛乳	23/ 3/14(火) 201:常食 ＜朝食＞A食 米飯 味噌汁 じゃがいものツナ煮 味付けのり 牛乳
23/ 3/ 8(水) 201:常食 ＜昼食＞A食 そばろ丼 (付) そぼろ ★炒り卵 (付) 絹さや ふきの信田煮 カラフルフルーツポンチ (外) シロップ 清汁はんぺん	23/ 3/ 9(木) 201:常食 ＜昼食＞A食 米飯 魚のカレー醤油焼き (付) ソテー 里芋と豚肉のおきなわ煮 酢味噌和え 白菜スープ	23/ 3/10(金) 201:常食 ＜昼食＞A食 ミートスパゲティ ソース ★ ブロッコリーサラダ 野菜スープ バナナ入り蒸しパン	23/ 3/11(土) 201:常食 ＜昼食＞A食 鮭そぼろ寿司 ★さけそぼろ ★錦糸卵 青菜のお浸し 清汁はんぺん フルーツ(ミカ缶)	23/ 3/12(日) 201:常食 ＜昼食＞A食 米飯 豚肉しょうが焼き (付) ソテー 南瓜の含め煮 ゆかり和え 清汁麩	23/ 3/13(月) 201:常食 ＜昼食＞A食 チキンカレー ★ シーフードサラダ きなこのなめらかプリン ★	23/ 3/14(火) 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
23/ 3/ 8(水) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 豚肉じゃが 豆腐のおかか煮 ほうれん草香りとえ	23/ 3/ 9(木) 201:常食 ＜夕食＞A食 中華風おこわ コロケ 付け合わせ ビーンズサラダ 生姜スープ	23/ 3/10(金) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 ごぼう入り鶏つくね ★ (外) 和風たれ ★ さいいんげんソテー ミックスサラダ	23/ 3/11(土) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 合挽き肉のチーズ焼き (ソース) ケチャップソース (付) ソテー じゃが芋とさつまあげ煮物 春雨のさっぱりサラダ	23/ 3/12(日) 201:常食 ＜夕食＞A食 親子丼 (つゆ) れんこん土佐煮 胡瓜とわかめの酢の物 味噌汁きのこ	23/ 3/13(月) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 魚フライタルソースかけ (ソース) タルタルソース (付) キヤベツ 里芋と豚肉のごま煮 からし和え 味噌汁いんげん	23/ 3/14(火) 201:常食 ＜夕食＞A食 米飯 鶏肉の香草パン粉焼き ★ (付) ソテー ブロッコリーカーニあんかけ 野菜サラダ

<< 献立表 >>

23/ 3/15(水) 201:常食	23/ 3/16(木) 201:常食	23/ 3/17(金) 201:常食	23/ 3/18(土) 201:常食	23/ 3/19(日) 201:常食	23/ 3/20(月) 201:常食	23/ 3/21(火) 201:常食
<p>&lt;朝食&gt; A食</p> <p>米飯 味噌汁 がんもどき含め煮 漬け物 牛乳</p>	<p>&lt;朝食&gt; A食</p> <p>米飯 味噌汁 青菜とウインナーのソテー 漬け物 牛乳</p>	<p>&lt;朝食&gt; A食</p> <p>米飯 味噌汁 じゃが芋のクリーム煮 ふりかけ 牛乳</p>	<p>&lt;朝食&gt; A食</p> <p>米飯 味噌汁 五目大豆 漬け物 牛乳</p>	<p>&lt;朝食&gt; A食</p> <p>クリームスティック/材バターロール プレーンオムレツ* 野菜スープ カフェオーレ</p>	<p>&lt;朝食&gt; A食</p> <p>米飯 味噌汁 いんげんのごまみそ和え ふりかけ 牛乳</p>	<p>&lt;朝食&gt; A食</p> <p>米飯 味噌汁 小松菜としめじの炒め物 漬け物 牛乳</p>
<p>&lt;昼食&gt; A食</p> <p>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</p>	<p>&lt;昼食&gt; A食</p> <p>ピビンバ丼 ★ ★錦糸卵 ★ パリッと中華ポテト パンサンデー ヨーグルトジャムかけ</p>	<p>&lt;昼食&gt; A食</p> <p>米飯 鶏肉のオレンジ風味焼き (付) ソテー 煮浸し 南瓜サラダ 清汁花麩</p>	<p>&lt;昼食&gt; A食</p> <p>米飯 和風ミートローフ (別) 和風たれ (付) ソテー 南瓜の含め煮 オクラのおかか和え トマトスープ</p>	<p>&lt;昼食&gt; A食</p> <p>米飯 はちみつ鶏 付け合わせ 青菜の炒め物 フレンチサラダ</p>	<p>&lt;昼食&gt; A食</p> <p>米飯 魚のチーズ焼き ★ (付) ゆで野菜 野菜の旨煮 菜花のからし和え 味噌汁玉葱</p>	<p>&lt;昼食&gt; A食</p> <p>焼きそば ★ ゆかりご飯 コーンフライ 付け合わせ 杏仁豆腐 (別) シロップ</p>
<p>&lt;夕食&gt; A食</p> <p>米飯 豚肉中華風うま煮 竹輪のきんぴら ヒーマンの中華和え</p>	<p>&lt;夕食&gt; A食</p> <p>米飯 鯖の竜田揚げ (付) キャベツ 大根とさつま揚げの炒煮 ヒーナッツ和え すまし汁</p>	<p>&lt;夕食&gt; A食</p> <p>ツナの三色丼 ★ツナそぼろ ★炒り卵 ★ 深山豆腐 (別) きのこあん 生酢 味噌汁白菜</p>	<p>&lt;夕食&gt; A食</p> <p>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</p>	<p>&lt;夕食&gt; A食</p> <p>米飯 あじフライ (付) キャベツ 鶏肉と野菜炒り煮 青菜のごま和え むら雲汁</p>	<p>&lt;夕食&gt; A食</p> <p>米飯 マーボー豆腐 ◎ シュウマイ 海そうサラダ</p>	<p>&lt;夕食&gt; A食</p> <p>米飯 すき焼き風煮 はんぺんピカタ じゃこ卸し 清汁なる</p>

23/ 3/22(水) 201:常食	23/ 3/23(木) 201:常食	23/ 3/24(金) 201:常食	23/ 3/25(土) 201:常食	23/ 3/26(日) 201:常食	23/ 3/27(月) 201:常食	23/ 3/28(火) 201:常食
<p>&lt;朝食&gt; A食</p> <p>米飯 味噌汁 金平こんにゃく 漬け物 牛乳</p>	<p>&lt;朝食&gt; A食</p> <p>米飯 味噌汁 がんもどき含め煮 味噌汁 牛乳</p>	<p>&lt;朝食&gt; A食</p> <p>米飯 味噌汁 じゃがいもごま煮 漬け物 牛乳</p>	<p>&lt;朝食&gt; A食</p> <p>米飯 黒糖ロール/バターロール 野菜ツナサラダ 大豆入りレタススープ カフェオーレ</p>	<p>&lt;朝食&gt; A食</p> <p>米飯 味噌汁 ごま和え 漬け物 牛乳</p>	<p>&lt;朝食&gt; A食</p> <p>米飯 味噌汁 豆腐の山椒味噌かけ 昆布の佃煮 牛乳</p>	<p>&lt;朝食&gt; A食</p> <p>米飯 味噌汁 はんぺんの煮物 漬け物 牛乳</p>
<p>&lt;昼食&gt; A食</p> <p>米飯 油淋鶏 (ユーリンチー) ◎ (付) ゆで野菜 里芋とわかめ鳴門煮 野菜のごま和え 玉葱とにらの中華風スープ</p>	<p>&lt;昼食&gt; A食</p> <p>きのこカレー ★ キャベツサラダ ヨーグルトはちみつかけ</p>	<p>&lt;昼食&gt; A食</p> <p>米飯 白身魚のマヨネーズ焼き (付) レタス マカロニカレーソテー コンソメスープ オレンジゼリー ★</p>	<p>&lt;昼食&gt; A食</p> <p>米飯 炒り鶏 野菜の卵とじ 胡瓜とわかめの酢の物 味噌汁きのこ</p>	<p>&lt;昼食&gt; A食</p> <p>米飯 豚肉の焼肉風炒め (付) ソテー 里芋の含め煮 ブロッコリーサラダ わか卵スープ</p>	<p>&lt;昼食&gt; A食</p> <p>米飯 魚のピカタ ◎ (付) マッシュポテト (付) ゆで野菜 五目煮メ キャベツピーナッツ和え 味噌汁麸</p>	<p>&lt;昼食&gt; A食</p> <p>きつねうどん (つゆ) わかめご飯 カリフラワーのサラダ フルーツ (バナナ)</p>
<p>&lt;夕食&gt; A食</p> <p>米飯 鰯の蒲焼き (付) 和えもの 大豆入りひじき煮 漬物 (即席漬け) 清汁 まいたけ</p>	<p>&lt;夕食&gt; A食</p> <p>米飯 えび玉 (外) 中華タレ (付) ゆで野菜 春巻 オクラのおかか和え はるさめスープ</p>	<p>&lt;夕食&gt; A食</p> <p>米飯 味噌カツ ★ (外) 甘味噌 きんぴらごぼう ほうれん草の磯和え そば汁</p>	<p>&lt;夕食&gt; A食</p> <p>米飯 魚の西京焼き (付) 煮物 南瓜の含め煮 小松菜の菜種和え のっぺい汁</p>	<p>&lt;夕食&gt; A食</p> <p>米飯 カニカマレタスチャーハン 焼きぎょうざ ◎ ひじきビタミンサラダ もやしの中華風スープ</p>	<p>&lt;夕食&gt; A食</p> <p>米飯 照り焼きハンバーグ (外) 照り焼きソース (付) ソテー スパゲティサラダ きのこスープ フルーチェいちご</p>	<p>&lt;夕食&gt; A食</p> <p>米飯 酢豚風煮 ★★ さつまいもの甘煮 春雨のさっぱりサラダ ★</p>

23/ 3/29(水) 201:常食	23/ 3/30(木) 201:常食	23/ 3/31(金) 201:常食				
<朝食> A食 米飯 味噌汁 マカロニサラダ 漬け物 牛乳	<朝食> A食 米飯 味噌汁 ひじき煮 漬け物 牛乳	<朝食> A食 米飯 味噌汁 ートオムレツ ミーりかけ 牛乳				
23/ 3/29(水) 201:常食 <昼食> A食 米飯 魚の和風ステーキ 付け合わせ 五目大豆 ゴマ和え(ほうれんそう) かき玉汁	23/ 3/30(木) 201:常食 <昼食> A食 牛丼 ポテトきんぴら 味噌汁わかめ フルーツ(パイナップル)	23/ 3/31(金) 201:常食 <昼食> A食 シーフードカレー ★ コールスローサラダ グレープゼリー ★				
23/ 3/29(水) 201:常食 <夕食> A食 米飯 手作りコロッケ (付)ドレッシングかけ 大根のツナ煮 豆腐のサラダ	23/ 3/30(木) 201:常食 <夕食> A食 米飯 豚ひき肉だんご甘酢煮 ★ (タレ)甘酢あん 竹輪の甘辛煮 ほうれん草のナムル	23/ 3/31(金) 201:常食 <夕食> A食 米飯 鶏肉の梅照り焼き ◎ 付け合わせ 豆腐のかにあんかけ チーズ入りポテトサラダ				