



3月の献立表



	火	水	木	金
2	3	4	5	6
豚肉と焼きねぎのそば さといもの田楽 漬け物	ちらし寿司 あさりと菊の吸い物 菜の花のお浸し 漬け物	米飯150g 味噌汁(なめこ・しろ) 赤魚の西京焼き 里芋の煮物	米飯150g 味噌汁(板麩・青梗菜) 鶏のバジル焼き 厚揚げとかぼちゃの煮物	梅の混ぜご飯 具だくさん豚汁 きゅうりの塩昆布和え
たこ焼き 9	ひなあられ 10	一口まんじゅう 11	果物 12	りんごホットケーキ 13
米飯150g 吸い物(はんぺん・しろ) カリカリ鶏のごま味噌ソース レタスの塩昆布和え	米飯150g タラのじゃっぱ汁 もやしの梅和え 漬け物(野沢菜)	米飯150g 味噌汁(キャベツ・油揚げ) 牛肉吉野煮 白和え	醤油ラーメン 蒸しギョーザ わかめのごま和え	米飯150g 味噌汁(なめこ・しろ) 梅おろしの蒸しつくね 厚揚げとかぼちゃの煮物
一口まんじゅう 16	★誕生日ケーキ 17	黒糖蒸しパン 18	ミルクせんべい 19	あんバターサンド 20
米飯150g まいたけお吸い物 筑前煮 茶碗蒸し	ツナマヨサンド 青菜のスープ ごぼうサラダ コーヒー豆乳	にゅうめん かぼちゃいとこ煮 白菜のお浸し	♪選択食♪ 《 A 》 ビビンバ丼 《 B 》 チキン南蛮丼 味噌汁(豆苗・油揚げ) 子和え	梅と大葉の混ぜご飯 具だくさん豚汁 ひじきと豆のごま和え
果物 23	ココアホットケーキ 24	桃のヨーグルト 25	イチゴ蒸しケーキ 26	一口まんじゅう 27
ピザトースト コーンスープ 卵サラダ オレンジジュース	海鮮ピラフ クリームシチュー 和風サラダ	米飯150g 味噌汁(豆麩・ねぎ) 豚肉香草焼き さつまいもとりんごのサラダ	米飯150g 味噌汁(とろろ昆布) 白身フライの野菜あんかけ もやしとささ身のごま和え	ミートドリア 豆苗のスープ ブロッコリーツナサラダ
たこ焼き 30	果物 31	バナナ蒸しケーキ	ブルーベリーヨーグルト	大学いも
米飯150g 吸い物(はんぺん) 豚しょうが焼き かぼちゃの甘煮 モカ蒸しケーキ	☆ご当地献立: 石川県☆ 金沢名物ハントンライス コンソメスープ もやし和風サラダ チョコパン			