

献立一覧表

	3月13日(月)	3月14日(火)	3月15日(水)	3月16日(木)	3月17日(金)	3月18日(土)	3月19日(日)
朝	御飯 味噌汁 さつま揚げのソテー 白菜のお浸し ふりかけ	御飯 味噌汁 五目卵焼き 胡瓜の梅しそ和え のり佃煮	御飯 味噌汁 角天の煮物 ところ天 ふりかけ	御飯 味噌汁 チンゲン菜の煮浸し 冷奴 梅び塩	御飯 味噌汁 南瓜の含め煮 白菜と胡瓜の酢の物 しそ昆布	御飯 味噌汁 天ぷらの甘辛煮 おくらの磯和え 野沢菜漬	御飯 味噌汁 魚の塩焼き キャバツと人参の辛子和え 刻みつぼ漬
昼	ビーフカレー 大根サラダ えびとエドダリのソテー 抹茶ゼリー	御飯 味噌汁 魚のクリームソースかけ いんげんの胡麻和え 里芋の煮物 りんごのコンポート	他人丼 吸い物 春雨サラダ フルーツヨーグルト	御飯 味噌汁 鶏肉のバター醤油焼き ブロッコリーとトマトの中華サラダ エビシュウマイ オレンジ	ちゃんぽん 御飯 錦糸卵のビシタヨリ 杏仁豆腐	御飯 吸い物 魚の塩焼き 小松菜としめじの煮浸し 揚げ茄子 マンゴー	御飯 吸い物 肉豆腐 じゃが芋とピーマンのソテー なめこの酢の物 洋ナシ缶
おやつ	きんとん	ピーチケーキ	フレンチトースト	バナナケーキ	さつまいも羊羹	牛乳もち	ストロベリーゼリー
夕	御飯 吸い物 鮭のちゃんちゃん焼き オクラのごま和え わかめのじゃこ煮 白桃缶	御飯 吸い物 豚角煮 茄子の醤油炒め かにとキャベツのサラダ パイン	御飯 味噌汁 魚のピカタ ほうれん草の土佐和え じゃが芋の煮物 マンゴー	御飯 吸い物 魚の味噌マヨ焼き 五目きんぴら風煮 小松菜の錦糸和え バナナ	御飯 吸い物 豆腐ステーキ(きのこソース) 大根サラダ 焼きピーフン みかん缶	御飯 味噌汁 鶏肉の柚子味噌焼き ブロッコリーのたらまヨかけ 千切大根の煮物 オレンジ	御飯 味噌汁 鶏つくねと大根の煮物 南瓜のきんぴら 小松菜とかまぼこの和え物 りんご