ディケア 3月献立予定表						
	月	火	水	木	金	土
					1	2
	70				グリーンピースごはん	米飯
				4	タルタルチキン	ホキの南蛮漬け
昼食	\mathcal{L}	(d)	do		もやしと二ラの炒め物	さつま芋の甘煮
					フルーツ	フルーツ
		*****	****		味噌汁	味噌汁
おやつ					カステラ	水ようかん
	4	5	6	7	8	9
	ちらし寿司	米飯	きのこの和風スパゲッティ	米飯	米飯	米飯
	肉じゃが	鶏肉のみぞれ煮	じゃが芋のツナソテー	赤魚の香り蒸し	麻婆豆腐	鶏肉の生姜炒め
昼食	菜の花の辛子和え	白和え	イタリアンサラダ	茄子のそぼろあんかけ	春雨サラダ	冬瓜のカニカマあんかけ
	いちごババロア	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ
	すまし汁	すまし汁		味噌汁	スープ	味噌汁
おやつ	チョコクレープ	ロールケーキ	ドーナッツ	キャラメルケーキ	味噌まんじゅう	やわらかおかき
	11	12	13	14	15	16
	チキンカレー	米飯	米飯	鶏南蛮そば	ゆかりごはん	米飯
	ほうれん草ソテー	鰆の柚子庵焼き	鮭の塩麹焼き	もやしとツナソテー	五目卵焼き	カレイの焼浸し
昼食	コールスローサラダ	ポテトサラダ	ほうれん草の白和え	キャベツのゆかり和え	かぶの海老あんかけ	厚揚げの煮物
	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ
		味噌汁	味噌汁		すまし汁	味噌汁
おやつ	ショコラブッセ	チーズケーキ	ドームケーキ	バナナ蒸しケーキ	カスタードワッフル	ミニアンパン
	18	19	20	21	22	23
	米飯	米飯	400	米飯	カレーうどん	米飯
	赤魚の煮付け	豆腐チャンプル		鶏肉の唐揚げネギソース	小松菜の煮浸し	鰆の香味だれ
昼食	とろろ芋	れんこんの煮物	お休み	菜の花の酢味噌和え	白菜の甘酢和え	もずく酢
	フルーツ	フルーツ	007107	ジ タフルーツ	フルーツ	フルーツ
	すまし汁	味噌汁		すまし汁		すまし汁
おやつ	鯛焼き	抹茶ワッフル		エクレア	芋ようかん	黒糖まんじゅう
	25	26	27	28	29	30
	ナポリタン	米飯	米飯	米飯	ハヤシライス	米飯
昼食	ポテトサラダ	鯖の塩焼き	豚肉と野菜の味噌炒め	メンチカツおろしポン酢	コーンサラダ	鰆の南部焼き
	フルーツ	竹輪の煮物	南瓜のいとこ煮	ツナサラダ	フルーツ	春菊の梅和え
	コーンスープ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	スープ	フルーツ
		味噌汁	すまし汁	スープ		すまし汁
おやつ	バナナクレープ	スイートポテト	モンブラン	人形焼き	ロールケーキ	どら焼き