

 3月献立予定表

 デイクア

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
昼食	米飯 チキン竜田 おろしポン酢添え もやしとにらの和え物 ポテトサラダ みそ汁	 ちらし寿司 肉じゃが 菜の花の辛子和え すまし汁 いちごババロア 	ナポリタン イタリアンサラダ コーンスープ フルーツゼリー	米飯 赤魚のみぞれ煮 茄子のそぼろあんかけ みそ汁 フルーツ	米飯 麻婆豆腐 中華サラダ 海鮮焼売 スープ	米飯 鶏肉の生姜焼き 冬瓜のカニカマあんかけ みそ汁 フルーツ
おやつ	ロールケーキ	桜餅風デザート	ドーナツ	くろ棒	みそまんじゅう	やわらかおかき 砂糖しょうゆ
	9	10	11	12	13	14
昼食	チキンカレー ほうれん草のソテー コールスローサラダ スープ	ピピン丼 大根と竹輪の煮物 スープ フルーツ杏仁	米飯 白身魚フライ 青菜の白和え とろろ芋 みそ汁	鶏そば もやしとツナのソテー キャベツのゆかり和え フルーツゼリー	米飯 カレイの菜種焼き かにかまサラダ 厚揚げの煮物 みそ汁	米飯 ハンバーグ ホワイトソース 大根サラダ トマトスープ フルーツ
おやつ	たい焼き	カステラ	バナナケーキ	蒸しケーキ	チョコワッフル	ミニあんぱん
	16	17	18	19	20	21
昼食	米飯 カレイのバジルソテー ブロッコリーのサラダ チキンナゲット スープ	カレーうどん 小松菜の煮浸し 白菜の甘酢和え フルーツ 	米飯 チキン南蛮 もやしときくらげの和え物 湯豆腐 みそ汁	米飯 鯔のオニオンソース カリフラワーのサラダ オクラの和え物 スープ	 春分の日 おやすみ	米飯 鶏肉のにんじんマヨ焼き わかめの酢の物 茄子の味噌炒め すまし汁
おやつ	もみじ饅頭	おはぎ	ヨーグルトケーキ	エクレア		黒糖まんじゅう
	23	24	25	26	27	28
昼食	米飯 青椒肉絲 春雨サラダ おかか和え スープ	米飯 鯖の塩焼き 里芋の煮物 もずく酢 みそ汁	米飯 肉豆腐 ブロッコリーのサラダ みそ汁 フルーツ	米飯 メンチカツ ツナサラダ 切干大根の煮物 スープ	ハヤシライス コールスローサラダ スープ フルーツゼリー	米飯 鯖のバター醤油焼き 春菊の梅和え すまし汁 フルーツ
おやつ	クレープ	スイスロール	ヨーグルトケーキ	人形焼き	ロールケーキ	どら焼き
	30	31				
昼食	米飯 白身魚のパン粉焼き オクラと茄子のさっぱり和え 肉じゃが スープ	米飯 赤魚のさらさ蒸し 金平ごぼう かぼちゃサラダ みそ汁				
おやつ	シュークリーム	やわらかおかき				

