

# 月間献立表

		ゾウ(A)					
日付	朝	03月01日(火)	03月02日(水)	03月03日(木)	03月04日(金)	03月05日(土)	03月06日(日)
		マーブル食パン はんぺんチーズのせ焼き 付♪野菜 カリフラワーのり♪ りんごジャム フルーツ缶(黄桃)	御飯 ウインナー 二色和え みそ汁(冬瓜・油揚げ)	食パン はんぺんチーズのせ焼き ブルーベリージャム フルーツ缶(みかん)	御飯 和風スクランブルエッグ 白菜のお浸し みそ汁(里芋・水菜)	御飯 鮭の塩焼き 付♪うずら豆 巻物のなめたけ和え みそ汁(大根・大根菜)	御飯 鯖 しらなとちわの煮込み みそ汁(もやし・わか)
10時		牛乳	牛乳	コーヒータン	牛乳	牛乳	牛乳
昼		ふわとろたまご丼 ちくわとふきの煮物 細葉のピーナツ和え みそ汁(かぶ・かぼ菜)	御飯 さばの味噌煮 付♪長葱 なすとピーマンの炒め物 もやしの和え物 お吸い物(豆腐・ほうれん草)	(餅の節句) ちらし寿司 春の焼き合わせ 菜の花とあじのめた お吸い物(花散れ・みつば)	【お誕生百祝立】 赤飯 餅身盛り合わせ 茶漬煮し フルーツゼリー お吸い物(手まり麩・貝割れ)	菓ご飯 豚ロースの西京焼き 付♪オクラ 炒り豆腐 小松菜のお浸し お吸い物(おつゆ・葱)	御飯 鶏肉の竜田揚げ 付♪スナップエンドウ さつまいもの煮物 白米の香しそ和え お吸い物(豆腐・豆腐)
おやつ		おやつ(水餃子)	【お祝い】 おやつ(エクレア)	(餅の節句おやつ) おやつ(菱餅三色ゼリー)	おやつ(酒漬類)	【お誕生百祝おやつ】 おやつ(抹茶ロールケーキ)	手作りおやつ(青りんごゼリー)
夕		御飯 さわらの山椒焼き 付♪いんげん・人参 鶏肉となすの煮物 マカロニサラダ 香の物(赤しその実漬)	御飯 鶏肉の塩麹焼き 付♪スナップエンドウ かぼちゃの煮物 オクラのおかか和え うめびしお	御飯 豆腐とツナのみそバター炒め かぶの煮物 ブロッコリーとコーンのサラダ 昆布佃煮	御飯 厚揚げの治郎煮 アスパラゴスの生煮和え みそ汁(里芋・かぶ菜)	御飯 ふさ焼き 付♪なす 鶏腿とごぼうの旨煮 いんげん(るみ)和え フルーツ缶(パイ)	御飯 たらごまだれがらめ 付♪ブロッコリー ほうれん草のソテー スライスサラダ 浅漬け(きゅうり)
日付	朝	03月07日(月)	03月08日(火)	03月09日(水)	03月10日(木)	03月11日(金)	03月12日(土)
	御飯 ふんわり寄せの煮物 なすのおしお和え みそ汁(ほうれん草・うずまき)	バターロール オムツ 付♪ブロッコリー かぼちゃ メイプルジャム フルーツ缶(マンゴー)	御飯 つみれと里芋の煮物 菜の花のお浸し みそ汁(玉葱・大根菜)	食パン スクランブルエッグ カリフラワー あんずジャム フルーツ缶(りんご)	御飯 厚揚げの治郎煮 アスパラゴスの生煮和え みそ汁(里芋・かぶ菜)	御飯 ウインナーとがぶのトマト アスパラゴスの和え物 みそ汁(豆腐・ねぎ)	御飯 厚揚げの治郎煮 付♪大根おろし オクラとらさの油揚げ みそ汁(アスパラ・油揚げ)
10時		牛乳	牛乳	牛乳	コーヒータン	牛乳	牛乳
昼		きつねそば 具 レバー煮付 キャベツの柚子サラダ ポロネーゼ	御飯 高菜チャーハン 焼き餃子 ぶどうムース 春雨スープ(人参)	御飯 まぐろの照り煮 付♪大豆 豚肉と大根の炒め物 フルーツ缶(カクテル) みそ汁(小松菜・えのき)	御飯 かご入りの焼鶏和風あんかけ 和風あん 鶏肉と冬瓜の煮物 もやしとにらのお浸し みそ汁(白菜・玉葱)	御飯 さばの生煮煮 付♪オクラ じゃこの炒め物 フルーツ缶(みかん) お吸い物(とろろ昆布・大根菜)	御飯 揚げ鶏のタルタルソース 付♪キャベツ じゃこのバター炒め ピクルス コンソメ(ほうれん草・コーン)
おやつ		おやつ(レモンケーキ)	おやつ(かすてら)	【お祝い】 おやつ(ドーナツ)	おやつ(黒糖まんじゅう)	おやつ(チーズクレープ)	おやつ(いちご蒸しパン)
夕		御飯 豚肉の玉葱ソース炒め 冬瓜のかにあんかけ 香の物(青しその実漬) フルーツ缶(黄桃)	御飯 かれいのにら焼き 付♪アスパラ れんこんの炒り煮 煙葉のごま和え うめびしお	御飯 鶏肉のケチャップ焼き 付♪ブロッコリー ひじきの煮物 ポテトサラダ 香の物(つばね)	御飯 さわらのみりん焼き 付♪うまいち・人参 すのこの煮物 いんげんのピーナツ和え のり佃煮	御飯 がらめと里芋の煮物 温泉水 みそ汁(玉葱・貝割れ)	御飯 じゃが芋のそばめ 巻物のわかか和え みそ汁(えのき・白菜)
日付	朝	03月14日(月)	03月15日(火)	03月16日(水)	03月17日(木)	03月18日(金)	03月19日(土)
	御飯 大根とちわの煮物 白菜の塩昆布和え みそ汁(さつま芋・ねぎ)	食パン カリフラワーとハムのコンパ炒め フレンチサラダ いちごジャム フルーツ缶(洋梨)	御飯 かにかま入りふんわり卵 小松菜のお浸し みそ汁(里芋・大根菜)	キャラット食パン はんぺんチーズのせ焼き 付♪らな さつま芋のり♪ はちみつジャム フルーツ缶(洋梨)	御飯 鮭 巻物 みそ汁(豆腐・うずまき)	御飯 がらめと里芋の煮物 温泉水 みそ汁(玉葱・貝割れ)	御飯 じゃが芋のそばめ 巻物のわかか和え みそ汁(えのき・白菜)
10時		牛乳	牛乳	牛乳	コーヒータン	牛乳	牛乳
昼		煮込みハンバーグ 付♪スナップエンドウ もやしと卵の炒め物 かぼちゃサラダ コンソメ(ハウス・葱)	御飯 バサのマスタード焼き 付♪アスパラ さつま揚げと冬瓜の煮物 もやしのボン・酢和え みそ汁(おつゆ・長葱)	御飯 鶏肉の味噌煮 付♪ほうれん草 若竹煮 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(かぶ・貝割れ)	御飯 【お祝い】 親子丼 小松菜のわさび和え フルーツ缶(みかん) みそ汁(白玉・葱)	御飯 鶏肉の香味焼き 付♪オクラ なすの煮め煮 青梗菜のごま漬油和え みそ汁(豆腐・大根菜)	御飯 たけのこ佃煮 細ひららの照り焼き 付♪オクラ なすの煮め煮 切干大根の炒め煮 ぼたてと菜の花の和え物 みそ汁(若竹・長葱)
おやつ		【お祝い】 おやつ(アツタ)	おやつ(味噌まんじゅう)	【お祝い】 おやつ(和のハンカチ)	おやつ(抹茶蒸しパン)	おやつ(プリン)	おやつ(ごま焼き)
夕		御飯 赤魚の野菜煮 ふきと絹揚げの煮物 小松菜のなめ煮和え かつおおかか	御飯 たらのフライ ソース 付♪キャベツ かぶの煮物 いんげんの中華和え 高菜漬	御飯 鶏肉の玉葱ソース 玉葱ソース 付♪ブロッコリー なすの味噌炒め 白菜のおかか和え 香の物(赤しその実漬)	御飯 肉豆腐 あざりと青梗菜の炒め物 カリフラワーの和え物 香の物(大根)	御飯 海鮮八宝菜 肉焼売 なめたけおろし のり佃煮	御飯 さわらの生煮煮 付♪らな ごぼうの旨煮和え もやしの和え物 茶福豆
日付	朝	03月21日(月)	03月22日(火)	03月23日(水)	03月24日(木)	03月25日(金)	03月26日(土)
	御飯 豆腐とツナのポン酢和え みそ汁(里芋・きぬぎや)	食パン スクランブルエッグ カリフラワー みかんジャム フルーツ缶(洋梨)	御飯 厚揚げの煮め煮 ほうれん草の磯和え みそ汁(さつま芋・貝割れ)	黒糖ロール 鶏肉のクリーム煮 りんごジャム フルーツ缶(みかん)	御飯 野菜つみれの煮物 小松菜としらすの和え物 みそ汁(豆腐・わか)	御飯 鮭 小松菜としらすの和え物 みそ汁(豆腐・わか)	御飯 大根と豚肉の煮物 みそ汁(豆腐・うずまき)
10時		牛乳	牛乳	牛乳	コーヒータン	牛乳	牛乳
昼		鶏肉の南部焼き 付♪玉葱 かぶのかにあんかけ 小松菜のお浸し みそ汁(れんこん)	御飯 味噌バターラーメン 五目玉子 青梗菜のナムル マンゴーゼリー	御飯 しいらの塩麹焼き 付♪おろし ふきとしんじょうの煮物 炊飯のごま和え みそ汁(大根菜)	御飯 しいらの塩麹焼き 付♪おろし ふきとしんじょうの煮物 炊飯のごま和え みそ汁(大根菜)	御飯 【お祝い】 二色丼 さつま芋の甘煮 白菜の酢の物 みそ汁(豆腐・長葱)	御飯 鶏肉のカレー風味焼き 付♪スナップエンドウ ツナとカリフラワーのり♪ かぼちゃサラダ コンソメ(オクラ・マッシュルーム)
おやつ		【お祝い】 おやつ(おはぎ)	おやつ(さみしぐれ)	【お祝い】 おやつ(ロールケーキ)	おやつ(スイートポテト)	おやつ(プリン)	おやつ(チョコクレープ)
夕		御飯 さばの塩焼き 付♪大根おろし 牛肉とれんこんのきんぴら煮 ほうれん草ピーナツ和え しそ昆布佃煮	御飯 揚げ鶏の香味ソース 香味ソース 付♪キャベツ 付♪スナップエンドウ じゃが芋の煮め煮 香の物(赤しその実漬)	御飯 ほっけのみりん焼き 付♪小松菜 なすとピーマンの炒め物 トマトサラダ えびみそ	御飯 豚肉の生煮煮 付♪キャベツ 里芋の煮物 ブロッコリーの柚子醤油和え うめびしお	御飯 【お祝い】 M&M'sの和風ミニエール 付♪アスパラ 冬瓜のくず煮 トマトサラダ 香の物(沢庵)	御飯 和風卵焼き 付♪アスパラ 青梗菜の煮浸し 巻物の赤しその実漬 フルーツ缶(キウイ)
日付	朝	03月28日(月)	03月29日(火)	03月30日(水)	03月31日(木)		
	御飯 がらめの煮物 青梗菜とツナの和え物 みそ汁(大根・わか)	コーヒータン 鮭のニレ 付♪かぼちゃグラッセ しるしなサラダ ブルーベリージャム フルーツ缶(パイ)	御飯 炒り豆腐 ツナと豆腐とちわの和え物 みそ汁(じゃが芋・玉葱)	食パン ウインナーと白菜のコンパ炒め さつま芋のり♪ あんずジャム フルーツ缶(洋梨)			
10時		牛乳	牛乳	牛乳	コーヒータン		
昼		御飯 豚肉とピーマンの炒め物 なすの煮め煮 カリフラワーのゆかり和え お吸い物(はんぺん・葱)	(選択食)御飯 A和風アスパラ・クリームコロッケ B和風ハンバーグ 付♪キャベツ かぶの白だし煮 グリーンサラダ みそ汁(ほうれん草・おつゆ)	御飯 ほきの葉巻焼き 付♪おろし 切干大根の炒め煮 ぼたてと菜の花の和え物 みそ汁(かぶ菜・若竹)	【錫土食 桜団果】 稲穂うとん 舞茸のてんぷら いちごムース		
おやつ		おやつ(和のハンカチ)	おやつ(黒糖蒸しパン)	おやつ(おスターケーキ)	おやつ(おアイス)		
夕		御飯 海老と厚揚げの旨煮 カニしゅうまい チキンと小松菜の中華和え あみえび佃煮	御飯 親子煮 きんぴらごぼう煮 もやしと絹製の梅和え 金時豆	御飯 豚肉の焼肉風炒め 付♪アスパラ 冬瓜のコンソメ煮 胡瓜と長芋の梅肉和え のり佃煮	御飯 あじのにんにく煮 付♪れんこん もやしのカレーソース ブロッコリーサラダ 金山寺みそ		