

献立表

	3/4(月)	3/5(火)	3/6(水)	3/7(木)	3/8(金)	3/9(土)	3/10(日)
朝	米飯 味噌汁(南瓜・ブナピー) オクラと湯葉のオカカ和え 牛乳 梅びしお	米飯 味噌汁(豆腐・しめじ) 切り干し大根の煮つけ 牛乳 めんたい風味ソース	米飯 味噌汁(小松菜・油揚げ) 肉じゃが 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(蕪・舞茸) ひじき煮 牛乳 たまご風味ソース	米飯 味噌汁(白菜・えのき) 揚げ茄子の煮浸し 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(厚揚げ・なめこ) 南瓜の含め煮 牛乳  海苔佃煮	米飯 味噌汁(大根・わかめ) 五目金平 牛乳 鮭ふりかけ
昼	米飯 中華風オニオンスープ 八宝菜 焼売 手作り杏仁豆腐	山菜ご飯 清汁(切麩・三つ葉) 菜の花のかき揚げ 厚焼き玉子  手作りミルクティーゼリー	米飯 コンソメスープ 豆腐ハンバーグ 茄子のラタトゥイユ風 バナナ	米飯【メンチカツの日】 味噌汁(菜の花・椎茸) 手作りメンチカツ  白菜とツナのコンソメ煮 りんご缶	米飯 わかめスープ 青椒肉絲 小松菜とじゃこの煮物 手作り黒胡麻豆腐	米飯ハーフ  ミートスパゲティ コールスローサラダ 手作りグレープゼリー ※3/10ミートソースの日	米飯 かき玉スープ 肉団子の酢豚風 春巻き パイ缶
夕	米飯 味噌汁(里芋・椎茸) 和風玉子巾着 大根と厚揚げの煮物 梅キャベツサラダ	米飯 味噌汁(大根・わかめ) 魚のチーズパン粉焼き さつま芋の甘煮 ほうれん草とひじきの和え物	米飯 味噌汁(厚揚げ・貝割れ) 鶏肉のきのこ餡かけ 冬瓜の煮物 白菜の塩昆布和え	米飯 清汁(切麩・三つ葉) ホキの胡麻酢漬け 大根の煮付け もやしの酢の物	米飯【鯖の日】 清汁(花麩・貝割れ) 鯖の味噌煮  里芋の煮物 ★湯豆腐 ピーチムース	米飯 味噌汁(さつま芋・葉大根) ほっけの煮付け 春雨の炒め物 白菜の甘酢生姜和え	米飯 味噌汁(豆腐・えのき) 鶏肉のさっぱり煮 長芋の醤油炒め ★茄子のおかか煮 青梗菜の中華和え
おやつ	バウムクーヘン  【バウムクーヘンの日】	手作り 抹茶蒸しパン	Caヨーグルト	まがりせんべい	カスタードワッフル	蒸し饅頭	カントリーマアム2枚

★3/9は3(さん)と9(きゅう)で『サンキュー』=『ありがとう』の日。ありがとうは「ありがたし(有り難し)」という言葉から生まれたそう。
ありがたしとは「めったにない」や「奇跡」という意味で、仏教のお話から由来しているそうです。

※都合により変更する場合があります
★糖尿病食の方は小鉢が変更になります