



# 献立表



	3/18(月)	3/19(火)	3/20(水)	3/21(木)	3/22(金)	3/23(土)	3/24(日)
朝	米飯 味噌汁(南瓜・葉大根) 切干大根の煮付け 牛乳 梅びしお	米飯 味噌汁(白菜・椎茸) 肉じゃが 牛乳 めんたい風味ソース	米飯 味噌汁(キャベツ・えのき) オクラと湯葉のおかか和え 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(菜の花・ブナピー) 揚げ茄子の煮浸し 牛乳 たまご風味ソース	米飯 味噌汁(ほうれん草・油揚げ) 五目金平 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(小松菜・もやし) 卵の花の炒り煮 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(ほうれん草・椎茸) 白菜の煮浸し 牛乳 鮭ふりかけ
昼	米飯 味噌汁(小松菜・玉葱) メバルの煮付け 筑前煮 手作り水ようかん	≪寿司みほぎ≫ 19(火)3階 20(水)2階 握り寿司・いなり・清汁 漬物・桜ゼリー  ≪通常献立≫ 19(火)2階 20(水)3階 ポークカレー・菜の花サラダ・ヨーグルト		米飯 味噌汁(切麩・葱) 豆腐の五目煮 かに玉子ロール 白菜のマヨ和え	米飯 清汁(豆腐・葱) 麩の玉子とじ 南瓜の煮物 りんごムース	米飯 清汁(冬瓜・わかめ) 鱈の竜田揚げ 金平牛蒡 ほうれん草の胡麻マヨ和え	米飯 味噌汁(豆腐・葱) 温豚しゃぶ 角麩の煮物 バナナ
夕	米飯 味噌汁(キャベツ・しめじ) すき煮 温泉玉子 和風サラダ	米飯 味噌汁(小松菜・なめこ) 魚の黄金焼き ほうれん草のそばろ煮 ぶどうムース	三色丼【鯉の日】  味噌汁(大根・葉大根) 厚揚げの炒め物 みかん缶 春分の日 	米飯 清汁(花麩・しめじ) 鶏肉の味噌焼き 切干大根の煮物 白桃缶	米飯 味噌汁(里芋・えのき) 鶏肉の柚子胡椒焼き 小松菜とあさりの生姜炒め さつま芋サラダ	米飯 味噌汁(玉麩・貝割れ) とんてき 蕪の煮物 手作り黒蜜牛乳寒天	ゆかりご飯 味噌汁(白菜・ブナピー) 鰯大根 たこ焼き 春菊の和え物
おやつ	手作り ぼたもち 	小麦饅頭	バナナカステラ	ベルギーワッフル	黒糖丸ぼうろ	吹雪饅頭	レモンケーキ

※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

