

# 献立表



	3/16 (月)	3/17 (火)	3/18 (水)	3/19 (木)	3/20 (金)	3/21 (土)	3/22 (日)
朝	米飯 味噌汁(キャベツ・椎茸) 揚げなすの煮浸し 牛乳 梅びしお	米飯 味噌汁(南瓜・葉大根) ひじき煮 牛乳 味付のり	米飯 味噌汁(さつまいも・シメジ) 卯の花の炒り煮 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(蕪・ワカメ) 五目金平 牛乳 たまご風味ソース	米飯 味噌汁(白菜・油揚げ) さつまいもの煮物 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(もやし・シメジ) オクラと湯葉のおかか和え 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(南瓜・葉大根) 筑前煮 牛乳 鮭ふりかけ
昼	米飯 ワカメスープ 白身魚のチリソースかけ 肉焼売 洋梨缶	≪寿司みほぎ≫ 17(火)3階 18(水)2階 握り寿司&いなり バイキング  清汁(手毬麩・わかめ)・漬物・葛まんじゅう ≪通常献立≫ 17(火)2階 18(水)3階 ポークカレー・プリン		米飯 味噌汁(厚揚げ・ネギ) ポークチャップ ほうれん草の玉子炒め バナナ	米飯 コンソメスープ オムレットマトソースがけ キャベツソテー 手作り黒蜜寒天	米飯 清汁(花麩・貝割れ) かぼちゃひき肉フライ 切り干し大根の煮物 みかん缶	米飯 味噌汁(ほうれん草・椎茸) メバルのから揚げ カリフラワーのカニ餡かけ  手作り水ようかん
夕	米飯 味噌汁(小松菜・ブナピー) 鶏肉のユニソース焼き 厚揚げと舞茸の生姜炒め メロンムース	米飯 味噌汁(大根・ネギ) 魚の黄金焼き ほうれん草のそぼろ煮 黄桃缶	米飯 味噌汁(ほうれん草・エノキ) 鱈の味醂焼き 筍とフキの土佐煮 和風サラダ	米飯 清汁(冬瓜・貝割れ) 豆腐の二色田楽 大根の煮物 ブロッコリーのツナサラダ	米飯 <b>【カツオの日】</b>  清汁(豆腐・三つ葉) 三色丼 じゃが芋の煮物 もやしの塩昆布和え	米飯 清汁(切麩・ネギ) 豆腐の五目煮 カニ玉子ロール 白菜の胡麻マヨサラダ	米飯 味噌汁(白菜・ナメコ) 鶏肉の柚子胡椒焼き 小松菜のさっと煮 さつまいもサラダ
おやつ	ゴーフレット2枚	肉まん	プチシュー3個	スーパーカップ	手作りばたもち <b>【彼岸】</b> 	ぼたぼた焼き	バナナカステラ

ばたもちは、春の小豆は皮が固くなるため、皮を取り除いた「こしあん」を使い、牡丹の花に見立てて大きく丸い形で作るのも特徴です。  
小豆が持つ赤色は太陽や火、血を象徴し、邪気を払う力があると信じられていて、災いを遠ざけ、家族の無事を願う意味が込められています。

※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

