

# 月間献立表

## 2024年3月

区分					03/01(金)	03/02(土)	03/03(日)
朝食					三色いなり(4512) 大根の友禅和え(7520)	ブレンオムレツ(4211) いかと赤ピーマンのマリネ(7825)	のりだし巻玉子(4215) いんげんのごま和え(5416)
昼食					豚肉の生姜焼き(2801) 大豆とじゃこの煮物(4449) キャベツの蒸し鶏サラダ(7829)	サバの甘酢あんかけ(869) ひじき煮(4528) 小松菜の柚子和え(5443)	ひなちらし(341) 茄子の炒め煮(4424) フルーツみつ豆(8102)
夕食					黄金ガレイのおろし煮(1020) じゃが芋コロッケ(4545) 春菊のナムル(5433)	バーベキューチキン(3414) ほうれん草とベーコンのソテー(6307) かぼちゃサラダ(7905)	メンチカツ(3106) じゃが芋のコーンクリーム煮(4414) コールスローサラダ(7809)
区分	03/04(月)	03/05(火)	03/06(水)	03/07(木)	03/08(金)	03/09(土)	03/10(日)
朝食	がんものみぞれ煮(6505) 小松菜の錦和え(7519)	大豆のクリーム煮(4542) 大根サラダ(7841)	山芋の鶏そぼろあんかけ(4543) 白菜の和え物(7522)	アンサンブルエッグ(4223) オニオンサラダ(7852)	ふくら高野の合せ煮(4446) 菜の花のおかか和え(5408)	ラトウイユ(4546) おからのマヨサラダ(7830)	豆腐の肉そぼろあんかけ(6410) 菜の花のごまごし(5407)
昼食	親子丼(321) さつま芋と昆布の煮物(4469) ほうれん草のごま和え(7531)	アジの味噌煮(934) 麻婆春雨(5016) ごぼうサラダ(7806)	行事食  4周年記念寿司パーティー	白身魚のフライ・タルタルソース(894) ビーフン炒め(5021) シーチキンサラダ(7804)	豚肉と舞茸のバター醤油風味炒め(2814) じゃが芋のコンソメ煮(4527) ごぼうの辛子マヨ和え(5426)	サバの揚げ煮(1406) 大根きんぴら(5010) 青菜とサケの焼浸し(5437)	鶏の唐揚げ(3701) 変わりだし巻玉子(4227) 大根とかにかまの酢の物(7609)
夕食	ブリの照焼き(851) やみつきピーマン(4539) マカロニサラダ(7850)	豚肉と野菜の黒酢あん(3303) かに風味焼売(4604) 菜の花の白和え(7401)	肉じゃが「牛」(2302) 厚焼き玉子(4216) ほうれん草とマカロニの和え物(7408)	鶏肉のねぎ塩だれ(3418) 露と油揚げの煮物(4420) 小松菜とじゃこの和え物(5414)	和風ハンバーグ(4112) さつま芋のレモン煮(4462) いんげんと竹輪の和え物(7521)	厚揚げの五目炒め(3807) 炒り鶏(4487) 冬瓜の冷やし鉢(8003)	豚肉とキャベツのオイスターソース炒め(2815) 水餃子(4519) 茄子のお浸し(4602)
区分	03/11(月)	03/12(火)	03/13(水)	03/14(木)	03/15(金)	03/16(土)	03/17(日)
朝食	桜えびしんじょ炊き合せ(4430) チンゲン菜のしらす和え(5452)	大豆のコンソメ煮(4425) カリフラワーのマリネ(7856)	炒り豆腐(4473) ブロッコリーのおかか和え(5466)	スクランブルエッグ(612) スパゲティサラダ(7901)	京合せ(4419) 小松菜のおかか和え(5439)	マカロニトマトソテー(5097) いかと赤ピーマンのマリネ(7825)	焼き豆腐の煮奴(4472) 小松菜のピーナッツ和え(7524)
昼食	ブリのしぐれ煮(868) さつま芋の彩り煮(4455) ほうれん草のお浸し(5446)	豚肉の柳川風(2905) かぼちゃ煮(4413) 人参とひじきの白和え(5404)	鶏肉と根菜の甘辛生姜煮(3515) 三色ピーマンとじゃこの当座煮(4438) おくらとコーンのツナ和え(7828)	チキンカレー(404) 中華ドレサラダ(7906) フルーツミックス(8503)	アジの唐揚げ黒酢あん(838) 厚焼き玉子(4216) 大根とささみの和え物(7831)	麺の日メニュー  ラーメン	サバの味噌煮(1021) のりだし巻玉子(4215) キャベツのしらす和え(7527)
夕食	ハンバーグトマトソース(4006) 和風スパゲティ(5098) シーザーサラダ(7904)	サーモンフライ(3707) 焼豚ソテー(5012) 菜の花サラダ(7803)	ブルコギ風(2613) 筍と露の炊き合せ(4491) 春菊といかのぬた(7702)	サワラのバター醤油風味焼き(905) 白菜とミンチの中華炒め(5033) 昆布豆(4484)	牛しぐれ煮(2307) 里芋のごま味噌煮(4451) いんげんのピーナッツ和え(5440)	鶏肉のクリーム煮(3504) ほうれん草とベーコンのソテー(6307) かぼちゃサラダ(7905)	ヒレカツ(3108) 茄子のおろし煮(4531) 菜の花のくるみ和え(5465)
区分	03/18(月)	03/19(火)	03/20(水)	03/21(木)	03/22(金)	03/23(土)	03/24(日)
朝食	三色いなり(4512) 春菊のお浸し(7502)	白菜とあさりのクリーム煮(4544) ビーンズサラダ(7910)	ねぎ入だし巻玉子(4220) ほうれん草のごま和え(7531)	大豆とソーセージのトマト煮込み(6507) ブロッコリーサラダ(7842)	厚揚げのおかか煮(4471) チンゲン菜とかにかまの和え物(5401)	ラトウイユ(4546) ハムとキャベツのマリネ(7822)	姫ごうやの炊き合せ(4407) いんげんのごま和え(5416)
昼食	牛肉と厚揚げ煮(2306) 冬瓜のかに風味あんかけ(4463) 大根なます(7624)	ミックスフライ(3710) ジャーマンポテト(5032) コールスローサラダ(7809)	アカウオの和風ソース(941) 枝豆腐炊き合せ(704) キャベツのぬた(7530)	縞ホッケの柚庵焼き(902) ビーフン炒め(5021) ごぼうサラダ(7806)	グリルチキン(3415) じゃが芋のコーンクリーム煮(4414) わかめとえびのサラダ(7815)	牛丼(2304) 厚焼き玉子(4216) フルーツみつ豆(8102)	豚肉の中華風炒め(2809) 筍土佐煮(4404) 白菜の柚子香和え(7427)
夕食	ブリの利休焼き(938) 豚肉と里芋の煮物(4467) おくらのおかか和え(5423)	鶏のさっぱり煮(3505) ひじき煮(4528) 青菜とかまぼこの和え物(7516)	やわらか鶏つくね煮(3506) けんちん煮(6004) ツナマカロニサラダ(7851)	豚しゃぶ(香味玉葱ソース)(3002) かに風味焼売(4604) 小松菜とじゃこの和え物(5414)	サバの照焼き(829) かぼちゃのそぼろ煮(4431) 菜の花の辛子和え(7832)	アジの梅煮(1013) 筑前煮(3901) ほうれん草のピーナッツ和え(5420)	チキン南蛮タルタルソース(3516) 大根きんぴら(5010) 冬瓜の冷やし鉢(8003)
区分	03/25(月)	03/26(火)	03/27(水)	03/28(木)	03/29(金)	03/30(土)	03/31(日)
朝食	がんものみぞれ煮(6505) 鶏と菜の花の和え物(7518)	ポイルドウィンナー(4822) 大根サラダ(7841)	豆腐の野菜あんかけ(6007) 菜の花のごまごし(5407)	焼豚ソテー(5012) さつま芋のサラダ(7823)	ふくら高野の合せ煮(4446) 小松菜の柚子和え(5443)	ハムと玉ねぎの玉子とし(4439) いかと赤ピーマンのマリネ(7825)	変わりだし巻玉子(4227) レモン酢和え(7627)
昼食	イカフリッターの酢豚風味炒め(859) 水餃子(4519) 春菊のナムル(5433)	ポークカレー(414) オニオンサラダ(7852) アロエフルーツミックス(8101)	サバの竜田揚げ(1407) やみつきピーマン(4539) 白菜の和え物(7522)	回鍋肉(3201) 大焼売(4606) 青菜とサケの焼浸し(5437)	鶏肉とキャベツのガリバタ風味(3513) 大豆とじゃこの煮物(4449) 大根の友禅和え(7520)	バサのレモンペッパーソテー(881) スパゲティナポリタン(5099) シーザーサラダ(7904)	炭火鶏とじゃが芋のハーベスト焼き(3416) 大豆のコンソメ煮(4425) 中華ドレサラダ(7906)
夕食	ジュシーハンバーグ(4007) じゃが芋のコンソメ煮(4527) キャベツのフレンチ風サラダ(7858)	サケのバター醤油風味焼き(1024) 麻婆春雨(5016) ほうれん草の三色和え(5442)	厚揚げと牛ミンチの甘辛煮(2309) 茄子の炒め煮(4424) 鶏肉のみぞれ和え(5425)	アカウオの西京焼き(827) 厚焼き玉子(4216) ほうれん草のお浸し(5446)	ハムカツ(3109) 茄子と牛ひき肉のトマト煮(4540) ごぼうの辛子マヨ和え(5426)	豚肉と舞茸の生姜焼き(2803) 露と油揚げの煮物(4420) 菜の花の白和え(7401)	肉団子の甘酢あんかけ(2614) れんこんきんぴら(4486) 小松菜のピーナッツ和え(7524)