



# 予定献立表

令和 6年 3月 1日 ~ 令和 6年 3月 10日

日	朝食	昼食	夕食
1(金)	ごはん みそ汁 ブロッコリーの炒め煮 佃煮 牛乳 	ちらし寿司(代替えは卵焼き) すまし汁 菜花の味噌和え イチゴプリン 	ごはん 照り焼きハンバーグ 大豆煮 マカロニサラダ 
2(土)	ごはん みそ汁 金平風 佃煮 牛乳 	ごはん 鯖の洋風照り焼き 野菜のくず椀 若布の酢の物 コンポート 	ごはん 関東煮 アスパラのジャコ炒め 玉子豆腐 
3(日)	ごは祭り ごはん みそ汁 麩のすき煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん ポテトオムレツ 洋風金平 ゆで野菜のサラダ フルーツ 	ごはん 赤魚の煮付け かぶのくず煮 青菜のなめたけ和え 
4(月)	ごはん みそ汁 ケチャップ炒め ふりかけ コア・コア 	塩ラーメン(代替えは回鍋肉) さつま芋の甘煮 大根サラダ 杏仁豆腐 	ごはん 団子揚げ 小松菜と豚肉のソテー もずく酢 
5(火)	ごはん みそ汁 キャベツのさっと煮 佃煮 牛乳 	赤飯 鮭の柚香焼き 根菜汁 青菜の辛し和え フルーツ 	ごはん ポークソテー 南瓜のバター煮 グリーンサラダ 
6(水)	ごはん みそ汁 大根の千切り炒め ふりかけ 牛乳 	ごはん かに玉 キャベツの中華スープ 細切り野菜サラダ フルーツ 	ごはん 射込高野煮 里芋の味噌煮 ユカリ和え 
7(木)	ごはん みそ汁 はんぺんの卵とじ 佃煮 乳酸菌飲料 	ポークカレー 千切り野菜のサラダ アロエのヨーグルト和え 	ごはん 鯖の生姜焼き 煮なます 青菜とコーンの和え物 
8(金)	ごはん みそ汁 アスパラの塩炒め 佃煮 牛乳 	ごはん クリームコロッケ さつま汁 海草サラダ フルーツ 	ごはん 肉豆腐 金時豆煮 おろし和え 
9(土)	ごはん みそ汁 洋風野菜の炒め煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん 鶏肉の包み焼き 野菜スープ ほうれん草サラダ フルーツ 	ごはん たらの卵とじ 糸切昆布煮つけ キャベツの和風和え 
10(日)	ごはん みそ汁 南瓜ソテー ふりかけ 牛乳 	ごはん 豆腐の酢豚風 玉子スープ ビーフンサラダ フルーツ 	ごはん 肉じゃが 大根の味噌かけ 青菜のポン酢和え 