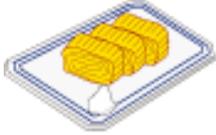
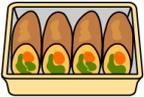




予定献立表

令和 6年 3月 11日 ~ 令和 6年 3月 20日

日	朝食	昼食	夕食
11(月)	ごはん みそ汁 青菜のじゃこ炒め 佃煮 イチゴヨーグルト 	山菜おこわ ふくさ焼き すまし汁 アスパラの味噌和え フルーツ 	ごはん ロールキャベツ ぜんまい煮 さつまいもサラダ 
12(火)	ごはん みそ汁 だし巻 ふりかけ 牛乳 	ごはん 野菜の肉巻き照り焼き風 具沢山味噌汁 白菜のサラダ フルーツ 	ごはん 寄せ鍋 鶏レバー煮 春雨の酢の物 
13(水)	ごはん みそ汁 がんも煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん 鯖とプルーンの味噌煮 田舎汁 青菜のごま酢和え フルーツ 	ごはん 八宝菜 蒸しシューマイ スパゲティサラダ 
White Day 14(木)	ごはん みそ汁 麩の煮付け ふりかけ アシド・ミルク 	ごはん てんぷら みそ汁 長芋の梅肉和え フルーツ 	ごはん 焼き肉 ひじき煮 ナムル 
15(金)	ごはん みそ汁 ブロッコリーのソテー 佃煮 牛乳 	きつねうどん(代替えは麩イリチー) 焼きおにぎり 白和え デザートムース 	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 金平 菜花のサラダ 
16(土)	ごはん みそ汁 じゃが芋のおかかソテー ふりかけ 牛乳 	ごはん 豆腐ハンバーグ カリフラワーグラタン トマトサラダ フルーツ 	ごはん 親子煮 ジャコ炒め みぞれ和え 
17(日)	ごはん みそ汁 白菜の炒め煮 佃煮 牛乳 	ごはん 白身魚のクリーム焼き ふきの炒め煮 ポパイサラダ フルーツ 	ごはん すき焼き風煮 南瓜のいとこ煮 五色和え 
18(月)	ごはん みそ汁 オムレツ ふりかけ ブルーベリーヨーグルト 	ごはん 鶏の揚げ煮 春野菜の味噌汁 白菜の酢の物 フルーツ 	ごはん 白身魚のピカタ 糸切昆布煮つけ カニサラダ 
19(火)	ごはん みそ汁 青菜のオイスターソース炒め 佃煮 牛乳 	菜飯 味噌かけおでん かきたま汁 青菜のポン酢和え フルーツ 	ごはん 煮込みハンバーグ じゃが芋の金平 野菜のピクルス 
春分の日 20(水)	ごはん みそ汁 厚あげの煮物 ふりかけ 牛乳 	ごはん かきあげ みそ汁 野菜の甘酢和え フルーツ 	ごはん ポトフ 肉団子 ひじきのサラダ 