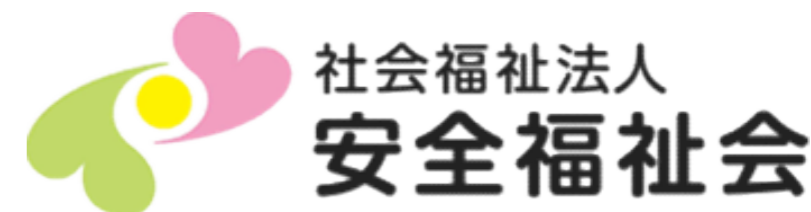




令和6年3月 献立表



	1	2	3	4	5	6	7
	金	土	日	月	火	水	木
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 はんぺん煮 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 玉ねぎとカニの中華炒め 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 うずら豆の甘煮 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 なすソテー 牛乳 たいみそ	麦ご飯 味噌汁 ひじきの炒り煮 ジョア しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 きのこの醤油炒め 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 魚肉ソーセージソテー 牛乳 Feふりかけ
昼食	ご飯 豚肉と大根煮 アスパラのゴマ和え キャベツソテー バナナ	ひなちらし寿司 吸い物 春菊のお浸し かぼちゃの含め煮 ひなあられ	ご飯 めばるの香り焼き セロリのツナマヨ和え 舞茸とピーマンのしぐれ煮 みかん	ご飯 焼肉炒め 里芋サラダ 切干大根の洋風煮 パイン缶	ご飯 煮込みハンバーグ かぶの和風サラダ マカロニのコンソメ煮 いちごヨーグルト	菜飯 焼きそば かきたま汁 青梗菜のナムル 白桃缶	ご飯 鶏肉のピカタ きゅうりとトマトのサラダ 人参のツナ炒め キウイ
3時	ほうじ茶プリン	桜もち		ワッフル	どら焼き	ババロア	ホットケーキ
夕食	ご飯 菜の花コロッケ トマトときのこのサラダ 豆腐のエビあんかけ みかん缶	ご飯 鶏の甘辛煮 もやしの辛子和え 金平ごぼう キウイ	ご飯 洋風卵焼き いんげんのナッツサラダ 白菜とあげ天煮 黄桃缶	ご飯 蒸し魚(メルルーサ)の梅ソースかけ ほうれん草の白和え ぜんまい煮 りんご	ご飯 厚揚げと野菜の味噌炒め カリフラワーのゆかり和え さつま芋のレモン煮 オレンジ	ご飯 ぶりの照り焼き アスパラのごまマヨネーズ和え がんもとふきの含め煮 バナナ	ご飯 エビチリ ピーマンの中華和え れんこんの炒め煮 みかん缶

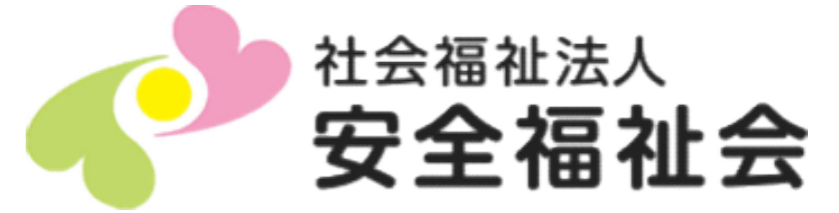
※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。





令和6年3月 献立表



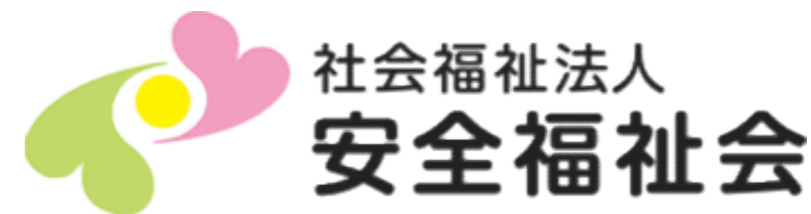
	8	9【昼食選択日】	10	11	12	13	14
	金	土	日	月	火	水	木
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 魚肉ソーセージソテー 牛乳 青かっぱ	カルシウムご飯 味噌汁 じゃが芋煮 牛乳 厚揚げの野菜あんかけ	カルシウムご飯 味噌汁 厚揚げの野菜あんかけ 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 高野豆腐煮 牛乳 梅びしお	麦ご飯 味噌汁 チーズスクランブルエッグ ジョア Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 白菜のおかか煮 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 卵の花炒め 牛乳 のり佃煮
昼食	中華飯 わかめスープ なすの生姜和え 杏仁豆腐	ご飯 ①和風オムレツ ②サバの味噌煮 菜の花のわさび和え もやしソテー みかん缶	ご飯 から揚げのおろし煮 いんげんの昆布和え 山菜金平 パイ缶	ご飯 鮭の黄金焼き ブロッコリーのクルミ和え ピーマンとはんぺん煮 バナナ	パン ミートソーススパゲッティ コンソメスープ 海藻サラダ フルーツポンチ	ご飯 牛肉のオイスターソース炒め トマトとわかめのドレッシング和え 白花豆の甘煮 黄桃缶	チキンカレーライス コールスローサラダ ゆで卵 福神漬け デザートムース(オレンジ)
3時	みたらし団子	パンプティング		蒸しパン	スフレチーズケーキ	ミルクもち	あんまん
夕食	ご飯 赤魚の塩焼き 小松菜のとろろがけ 五目大豆煮 りんご	ご飯 豚肉のポン酢炒め かぼちゃサラダ キャベツの煮浸し 黄桃缶	高菜チャーハン 中華スープ レタスのマリネ 蒸ししゅうまい キウイ	ご飯 豆腐のきのこあんかけ 春菊の海苔和え 里芋のそぼろ煮 白桃缶	ご飯 鱈の煮つけ めかぶの酢の物 大根のゆずあんかけ みかん	ご飯 ホタテの卵とじ ほうれん草のごま和え きのこの金平風 りんご	ご飯 鱈のとろろ蒸し きゅうりのなめたけ和え なす煮 キウイ



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和6年3月 献立表



	15	16	17	18	19	20【昼食選択日】	21
	金	土	日	月	火	水	木
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 さつま芋の甘煮 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 もやしのベーコン炒め 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 人参金平 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 里芋の中華風煮 牛乳 青かつぱ	麦ご飯 味噌汁 大根のべっこう煮 ジョア Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 ぜんまい煮 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 がんもの含め煮 牛乳 ゆずみそ
昼食	ご飯 豚キムチ ピーマンのシラス和え かぶのカニあんかけ バナナ	ご飯 魚(シイラ)のバターソテー ひじきサラダ かぼちゃのいとこ煮 パイン缶	ご飯 蒸し鶏 タラモサラダ 厚揚げの煮浸し りんご	いなり寿司 五目あんかけうどん 小松菜のお浸し キウイ	ご飯 麻婆豆腐 ブロッコリーのクルミ和え ごぼうの甘辛炒め ミルクゼリー	ご飯 ①豚の生姜焼き ②カレーの煮つけ なすのずんだ和え 白菜の炒め煮 フルーツ缶	ご飯 えびのねぎ塩炒め はんぺんの卸和え いんげんのツナ煮 りんご
3時	アップルパイ	ういろう		たこ焼き	マドレーヌ	やわらかおかき	ドームケーキ
夕食	ご飯 鶏団子のスープ煮 カリフラワーのピーナッツ和え セロリの塩炒め みかん缶	わかめご飯 おでん 青梗菜の酢の物 いんげんのツナ炒め オレンジ	ご飯 白身魚フライ レタスと玉ねぎのサラダ 舞茸ソテー 白桃缶	ご飯 牛肉のチャプチェ風 アスパラの梅和え あげ天煮 みかん缶	ご飯 魚(ホキ)のマスタード焼き トマトともやしのサラダ 長いもの白煮 バナナ	筍ご飯 鶏の幽庵焼き 菜の花の菜種和え かぼちゃ煮 みかん	ご飯 巣ごもり卵 スパゲッティサラダ パプリカのコンソメ炒め 黄桃缶

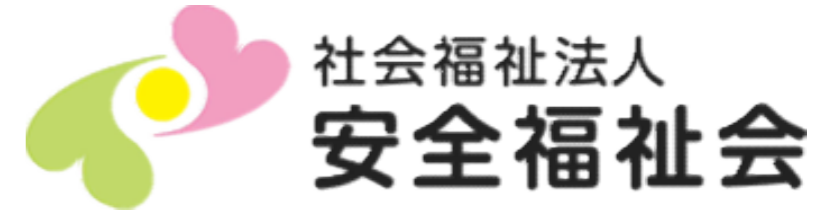
※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。





令和6年3月 献立表



	22	23	24	25	26	27	28
	金	土	日	月	火	水	木
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 もやしのゴマ油炒め 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 ふきの青煮 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 麩の卵とじ 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 煮奴 牛乳 のり佃煮	麦ご飯 味噌汁 干びょう煮 ジョア 青かつぱ	カルシウムご飯 味噌汁 青梗菜の塩炒め 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 かぼちゃソテー 牛乳 しば漬け
昼食	サンドイッチ コーンスープ 豆腐サラダ さつま芋のチーズ焼き みかん缶	ご飯 鶏の甘酢炒め 春菊のお浸し ひじきの炒り煮 キウイ	ご飯 ぶり大根 かぼちゃの昆布和え セロリソテー みかん缶	ご飯 豚じゃが もやしの生姜和え 山菜金平 黄桃缶	オムライス クラムチャウダー いんげんのサラダ デザートムース(りんご)	ご飯 赤魚のおきな煮 ピーマンの中華和え 里芋とあげ煮 みかん缶	うな井 味噌汁 もやしの湯葉和え 上用饅頭
3時	フルーチェ	シュークリーム		チョコプリン	よもぎまんじゅう	バナナレモンケーキ	カステラ
夕食	ご飯 さばの利休焼き アスパラの辛子和え しいたけ煮 パイン缶	炊き込みご飯 揚げ出し豆腐 きゅうりの酢の物 里芋煮 白桃缶	ご飯 ピーマンの肉詰め レタスのレモン和え 五目大豆煮 りんご	ご飯 蒸し魚(メルルーサ)道明寺蒸し キャベツのしば漬け和え ほうれん草の煮浸し バナナ	ご飯 牛肉と白菜のすき煮 カリフラワーのゴマ和え なすの味噌炒め キウイ	ご飯 とり天 トマトとアスパラのサラダ 玉ねぎと桜エビの炒め物 パイン缶	ご飯 豆腐のそぼろあんかけ めかぶの酢の物 切干大根煮 りんご

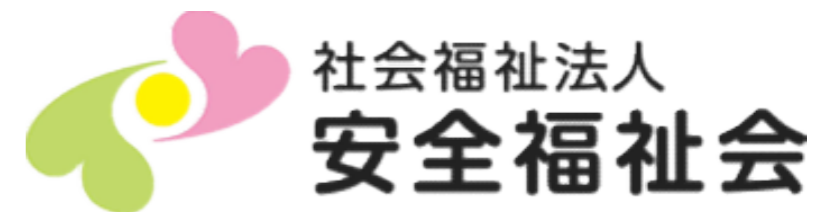


※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和6年3月 献立表



	29	30	31				
	金	土	日				
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 温泉卵 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 糸切昆布煮 牛乳 Feふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 ブロッコリーとソーセージ炒め 牛乳 ゆずみそ				
昼食	シラスご飯 醤油ラーメン カニしゅうまい ぶどうゼリー	ご飯 豚肉と卵の中華炒め アスパラのタラコ和え 高野豆腐煮 バナナ	ご飯 鱈の西京焼き 菜の花のゴマ酢和え 金時豆の甘煮 黄桃缶				
3時	桜の浮き島	揚げパン					
夕食	ご飯 鮭のタルタル焼き 小松菜のわさび和え さつま芋煮 キウイ	ご飯 ミートローフ ポテトサラダ きのこソテー 白桃缶	ハヤシライス キャベツサラダ 福神漬け フルーツヨーグルト				



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。