



平成29年

3月

献立表



日	火	水	木	金	土
		1 米飯 みそ汁(ふ・葉ねぎ) あじフライ 大根のそぼろ煮 春雨の酢の物 とろろ ココアワッフル	2 米飯 味噌汁(小松菜・玉ねぎ) ハンバーグ デミグラスソース 金平ごぼう ブロッコリーサラダ オレンジ ソフトケーキ	3 散らし寿司 吸い物(豆腐・三つ葉) 炊き合わせ(五目しんじょ・里芋) 菜の花のごま和え ブルーチェ(ストロベリー) ひなあられと甘酒	4 米飯 スープ(チンゲン菜・ナルト) 豚肉の醤油こうじ炒め 田楽(大根・ちくわ) 白菜のドレッシング和え ほうれん草のソテー 里見の郷
	6 米飯 みそ汁(大根・大根葉) 鶏肉のチーズ焼き 切り昆布の煮物 キャベツの和風サラダ エビ団子のケチャップ煮 チョコパイ	7 米飯 吸い物(白玉ふ・三つ葉) サケの西京漬け焼き 豆腐のかにあんかけ 三色なます しゅうまい ドーナツ	8 ゆかりご飯 味噌汁(豆腐・葉ねぎ) コロッケ 大根とツナの煮物 もやし中華和え りんごゼリー クリームチーズケーキ	9 米飯 五目味噌汁 さわらの幽庵焼き 卵と青菜のソテー わかめときゅうりの和え物 ロールキャベツ 小倉あんパイ	10 ポークカレーライス カリフラワーサラダ フルーツポンチ 大根の煮物 ワッフル
	13 米飯 味噌汁(豆腐・葉ねぎ) 白身魚のマリネ風 じゃが芋の炒め煮 ほうれん草のたらこ和え 厚焼き卵 いちごクレープ	14 米飯 味噌汁(ふ・三つ葉) 鶏肉のレモンペッパー焼き 切り干し大根の炒め煮 かぼちゃサラダ ほうれん草のごま和え ようかんロール	15 米飯 かきたま汁 めばるの煮付け さつまいものオレンジ煮 わけぎとわかめの酢味噌和え 肉団子の甘辛煮 チョコレートケーキ	16 米飯 味噌汁(里芋・ねぎ) 豚肉のスタミナ焼き ふんわり天の煮物 キャベツのドレッシング和え ヨーグルトジャム カステラ	17 米飯 みそ汁(大根・大根葉) 白身魚のきのこあんかけ 里芋の炒め煮 菜の花の白和え かぼちゃしゅうまい いちごプリン
	20 ハヤシライス ブロッコリーのミモザサラダ ヨーグルトジャム キャベツのスープ煮 ぼたもち	21 米飯 けんちん汁 サバのごまみそ焼き 野菜炒め もずく酢 マカロニサラダ コーヒゼリー	22 米飯 みそ汁(大根・大根葉) 豚肉の生姜焼き かぼちゃの含め煮 菜の花のからし和え 豆腐のねぎあんかけ ペアクリームワッフル	23 米飯 味噌汁(ふ・三つ葉) えびカツ 豆腐と野菜の炒め煮 大根のごま酢和え キウイフルーツ どら焼き	24 菜飯 かきたま汁 松風焼き ふきとさつまいもの煮物 長い尾の千切り ブロッコリーサラダ パバロアシュークリーム
	27 米飯 味噌汁(白菜・絹さや) さわらの香り焼き 三色信田の煮物 マカロニサラダ とろろ オレンジケーキ	28 山菜うどん つくねと大根の煮物 抹茶ミルクかん 海鮮しゅうまい スイートポテト	29 米飯 吸い物(ふ・三つ葉) サケの梅味噌焼き 金平大豆 キャベツのくるみ和え ミニコロッケ うす皮まんじゅう	30 野菜カレー 大根とハムのサラダ パバロア 五目卵巻き 今川焼とハッピーターン	31 米飯 味噌汁(里芋・ねぎ) たらの甘酢あんかけ がんもの煮物 ほうれん草の菜種和え かぼちゃの煮物 ロールケーキ

都合によりメニューを変更することがありますのでご了承下さい。(食事制限のある方は別メニューで提供しています)

介護複合施設 きわみ