

今月の予定献立（一般食）

病状によって異なる食事になる事、業務や納品状況などの都合により変更があることをご了承ください。

	03/01 (土)	03/02 (日)	03/03 (月)	03/04 (火)	03/05 (水)	03/06 (木)	03/07 (金)	03/08 (土)	03/09 (日)
朝食	米飯 味噌汁 はんぺん焼き 付け合せ 昆布煮 牛乳	米飯 味噌汁 オムレツ 付け合せ キャベツ炒め 牛乳	米飯 味噌汁 チャンプル 炒り煮 牛乳	米飯 味噌汁 なめたけ納豆 春菊の煮物 牛乳	米飯 三平汁(郷土料理) 豆腐バーグ 牛乳	米飯 味噌汁 温泉卵 白菜のとうろみあん 牛乳	米飯 味噌汁 豆腐のおぼろ煮 (星)おかか和え 牛乳	米飯 味噌汁 コンソメ煮し しらす煮 牛乳	米飯 味噌汁 竹輪卵じじ ゆず豆腐 牛乳
昼食	米飯 肉の照り焼き 付け合せ ツナとトマトの煮物 フルーツ缶	カニ井(郷土料理) 長いもの炊き合わせ バナナ	米飯 煮魚 炊き合わせ キウイ	パン パン用ポーション クリームシチュー (肉) マヨネーズ炒め りんご	天井 煮びたし 焼き野菜 デザート	焼きそば 田楽 フルーツ缶	鮭ちらし寿司 山菜炊き バナナ	けんちんうどん 蟹クリームコロッケ 水ようかん	シーフードカレー コンソメ風 オレンジ
夕食	米飯 煮ころがし マスのから揚げ 付け合せ 春菊のあざり浸し 小付	米飯 中華炒め ピーマン肉詰め お豚の炒め物 小付	★ご馳走の日★ 梅しその卵焼き 松風焼 付け合せ 中華煮 季節の果物 甘納豆	米飯 梅しその卵焼き 付け合せ 生姜焼き かぶの煮物 小付	米飯 鶏肉の中華煮し 付け合せ 卵焼き ピリ辛炒め 小付	米飯 魚の磯部揚げ 付け合せ あざりの酒蒸し 炊き合わせ 小付	米飯 つくね煮 バターソテー トマト煮 小付	米飯 魚の油庵煮 付け合せ 玉葱のそぼろかけ 卵じじ 小付	米飯 ポーコンステーキ 付け合せ 長芋の煮ころがし 磯和え ネギ和え納豆

	03/10 (月)	03/11 (火)	03/12 (水)	03/13 (木)	03/14 (金)	03/15 (土)	03/16 (日)	03/17 (月)	03/18 (火)	03/19 (水)	03/20 (木)
朝食	米飯 味噌汁 肉豆腐 人参含め煮 牛乳	米飯 味噌汁 オムレツ 付け合せ 牛乳	米飯 味噌汁 がんもの煮物 野菜炒め 牛乳	米飯 味噌汁 菜和え納豆 中華炒め 牛乳	米飯 味噌汁 辛みそ炒め 煮びたし 牛乳	米飯 味噌汁 温泉卵 蒸し野菜のポン酢かけ 牛乳	米飯 のっぺい汁 肉みそかけ 牛乳	米飯 味噌汁 卵じじ 含め煮 牛乳	米飯 味噌汁 卵じじ ゴマ浸し 牛乳	米飯 味噌汁 ねぎ納豆 たらこ煮 牛乳	米飯 味噌汁 含め煮 ほうれん草ソテー 牛乳
昼食	サンドイッチ ハンバーグ ヨーグルト和え	米飯 魚の粕漬焼き 付け合せ 茄子の甘味噌かけ ミルクゼリー	肉そば 炊き合わせ はっさく	米飯 キムチ鍋 竹の子のソテー フルーツ缶	焼きうどん 帆立トマト炊き パイ	米飯 揚げ魚の辛子漬け チーズ焼き オレンジ	パン 鶏肉のステーキ 付け合せ 豆乳シチュー ゼリー	醤油ラーメン 蒸し餃子 はっさく	米飯 ホイル蒸し 切り干し大根 パイ	三色丼 カレー餡かけ キウイ	ミートサブタイ コンソメ煮 デザート
夕食	米飯 煮卵と煮魚の盛り合わせ 芋キンピラ コンソメ煮 小付	米飯 鶏肉のしそ竜田揚げ 付け合せ ピリ辛炒め 山芋かけ(温) 小付	米飯 味噌漬魚の蒸し物 付け合せ 含め煮 トマトのマヨネー 小付	米飯 さばのみそ煮 付け合せ ガーリック炒め 胡麻だれかけ(温) 小付	米飯 おでん 肉のカレー焼き 若芽とゼンマイの炊り煮 小付	米飯 麻婆豆腐 柚子胡椒煮 雪炒め 小付	米飯 煮魚 付け合せ 茶碗蒸し さつま芋ソテー 小付	米飯 茹で豚の梅かけ 煮浸し 温野菜 漬け物 小付	米飯 すり身卵焼き 付け合せ 茄子のだし浸し マヨ焼き 小付	米飯 海鮮かき揚げ 生姜煮 おろし煮 小付	米飯 魚の塩焼き 付け合せ 田楽 焼き芋 小付

	03/21 (金)	03/22 (土)	03/23 (日)	03/24 (月)	03/25 (火)	03/26 (水)	03/27 (木)	03/28 (金)	03/29 (土)	03/30 (日)	03/31 (月)
朝食	米飯 味噌汁 温泉卵 胡麻炒め 牛乳	米飯 味噌汁 生揚げの炒め物 煮浸し 牛乳	米飯 石狩汁(郷土料理) ほうれん草煮びたし 牛乳	米飯 味噌汁 うめ納豆 チーズ焼き 牛乳	米飯 味噌汁 ぶり煮 中華炒め 牛乳	米飯 味噌汁 卵焼き 春菊のジャコ煮 牛乳	米飯 味噌汁 鶏肉炒め煮 洋風びたし 牛乳	米飯 味噌汁 温泉卵 コンソメ煮 牛乳	米飯 味噌汁 タレ付きミートボール 付け合せ 卵炒め 牛乳	米飯 豚汁 ソース炒め 牛乳	米飯 味噌汁 温泉卵 P醤油 中華ソテー 牛乳
昼食	米飯 タラのチリソース 大豆の煮物 豆乳寒	米飯 どんかつ 付け合せ ジャーマンポテト バナナ	サンドイッチ ポトフ りんご	カレーライス 青梗菜炒め ヨーグルト和え	かしわそば なべしぎ オレンジ	豚丼(郷土料理) ごぼうのきんぴら バナナ	海鮮焼きそば ツナ炒め ゼリー	米飯 鶏肉の味噌かけ 付け合せ 高野豆腐の煮物 おしるこ	豆ごはん 魚の塩焼き 付け合せ 茄子炒め煮 バナナ	チャーハン ザンギ(郷土料理) 付け合せ ヨーグルト和え	米飯 肉の香味蒸し 焼き魚 温)ナムル なめ茸かけ 小付
夕食	米飯 肉のみそ蒸し 里芋の煮ころがし 白菜の中華あんかけ 小付	米飯 煮魚 付け合せ ひろふき大根 キムチ納豆 小付	米飯 豚肉の野菜炒め かぼちゃの甘煮 ホタテ煮 小付	米飯 落し卵の巻かけ 切り干し大根 ふき味噌煮 小付	米飯 豆腐のしんじょう揚げ 付け合せ うま煮 煮びたし 小付	米飯 魚のわさび醤油 付け合せ バターソテー 韓国風五目炒め 小付	米飯 クローゼ(酢豚) 煮ころがし 納豆おろし和え 小付	米飯 魚の山椒揚げ 付け合せ 小松菜炒め 野菜と油揚げのお浸し 小付	米飯 豚しゃぶ和風だれ 豆腐ステーキ 大根の生姜炒め 小付	米飯 魚の油庵焼き 白菜炒め 温)ナムル 小付	米飯 巻き揚げ 焼き魚 付け合せ なめ茸かけ 小付