



3月の献立表

	3月1日(火)	3月2日(水)	3月3日(木)	3月4日(金)	3月5日(土)	3月6日(日)	3月7日(月)
朝	☆ウインナーソテー ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ	☆厚揚げの炒め物 ご飯 味噌汁(麩) たまごふりかけ	☆がんもの煮物 ご飯 味噌汁(麩) かつおふりかけ	☆スクランブルエッグ ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆卵の花 ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆はんぺんの玉子とじ ほたて雑炊 味噌汁(麩)	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(麩) たいみそ
昼	赤飯 鱈の照り焼き ふきの煮物 ほうれん草のしらす和え 味噌汁(麩) 黄桃缶	ご飯 鶏肉の甘酢あんかけ しらたきのピリ辛炒め 菊菜のなめたけ和え 味噌汁(麩) ミックス缶	ちらし寿司 桜色しゅうまい 菜の花の和え物 清汁(麩) 三色ゼリー 	ご飯 白身魚のパン粉焼き 南瓜のそぼろあんかけ グリーンサラダ ミネストローネ パイナップル 	ご飯 きのこ麻婆豆腐 ブロッコリーの中華炒め 大豆サラダ 中華コーンスープ みかん缶	ご飯 すき焼き きんぴらごぼう トマトサラダ 味噌汁(わかめ) 白桃缶	ご飯 八宝菜 春巻き 白和え 中華スープ(しめじ) ヨーグルト
夕	ご飯 ポークビーンズ キャベツのソテー カリフラワーサラダ 味噌汁(えのき) 紀ノ川漬け	ご飯 白身魚のフリッター 人参のたらこソテー きゅうりの洋風ナムル コンソメスープ(玉ねぎ) 柴漬け	ご飯 豚みそ炒め 春雨の炒め物 ピーマンとツナの和え物 清汁(麩) 高菜漬け	ご飯 酢豚 チンゲン菜の炒め物 人参サラダ 中華スープ(わかめ) かっぱ漬け	ご飯 鯖のみぞれ煮 切り干し大根の煮物 いんげんのピーナツ和え 清汁(麩) 柴漬け	ご飯 鰯の野菜あんかけ 小松菜の煮浸し ポテトサラダ 味噌汁(麩) かっぱ漬け	ご飯 白身魚の紅葉焼き 冬瓜とひき肉の煮物 菊菜の生姜和え 味噌汁(麩) 柴漬け
おやつ	パンケーキメイプル バナラババロア	カステラ いちごムース	シュークリーム ピーチゼリー	抹茶ワッフル コーヒーゼリー	チョコバウムクーヘン マロンババロア	鯛焼きカスタード 抹茶ゼリー	ミニマフィン いちごババロア

 サフラン・タイム
チョコパイ

 サフラン・タイム
パウンドケーキ



3月の献立表



	3月8日(火)	3月9日(水)	3月10日(木)	3月11日(金)	3月12日(土)	3月13日(日)	3月14日(月)
朝	☆厚揚げの炒め物 ご飯 味噌汁(麩) かつおふりかけ	☆あんかけ豆腐 ご飯 味噌汁(わかめ) のり佃	☆ウインナーソテー ご飯 味噌汁(豆腐) たいみそ	☆煮奴 ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆スクランブルエッグ ご飯 味噌汁(はんぺん) たらこふりかけ	☆はんぺんの玉子とじ 鮭雑炊 味噌汁(麩)	☆厚揚げの煮物 ご飯 味噌汁(麩) のり佃
昼	しらすうどん ちくわの磯部揚げ 新玉ねぎのサラダ みかん缶 	ご飯  デミグラスハンバーグ ブロッコリーソテー 人参のマスタード和え コンソメスープ(玉ねぎ) ミックス缶	ご飯 鮭のマスタード焼き ほうれん草の炒め物 トマト甘酢和え 味噌汁(麩) 白桃缶	ご飯 鶏肉の味噌漬け焼き チンゲン菜の煮物 さつまいもサラダ 味噌汁(えのき) 黄桃缶	筍ご飯 ほっけの照焼き 南瓜のそぼろ煮 白菜の生姜和え 清汁(麩)  オレンジ	ご飯 鯖の塩焼き ひじきの煮物 菜の花のお浸し 味噌汁(麩) パイン缶	ご飯 ホフイデー エビマカロニグラタン きのこソテー ブロッコリーミモザサラダ コンソメスープ(玉ねぎ) みかん缶
タ	ご飯 白身魚のクリームソースかけ キャベツのソテー トマトサラダ 味噌汁(玉ねぎ) かつぱ漬け	ご飯 太刀魚の蒲焼き がんもの煮物 いんげんの梅肉和え 清汁(えのき) 高菜漬け	ご飯 豚肉の生姜焼き 五目煮豆 長芋とおくらの磯和え 味噌汁(揚げ) 刻みたくあん	ご飯 カレイの甘酢あんかけ もやしの炒め物 キャベツとわかめの和え物 味噌汁(麩) かつぱ漬け	ご飯 焼肉風 ブロッコリーのコンソメ煮 切干大根サラダ 味噌汁(麩) 高菜漬け	ご飯 肉豆腐 炒めなます おくらのわさび和え 清汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 鯖の柚子焼き 冬瓜のくず煮 きゅうりの梅肉和え 味噌汁(麩) 刻みたくあん
おやつ	ドーナツ マロンババロア	マドレーヌ チョコババロア	どら焼き 青りんごゼリー	あんドーナツ いちごムース	カスタードケーキ ヨーグルトババロア	ベルギーワッフル ピーチムース	いちごロールケーキ コーヒーゼリー

セージ
誕生日ケーキ

ラベンダー・オリーブ
ロールケーキ

ミント・アロエ
ねぎ焼き

ミント
誕生日ケーキ

オリーブ
誕生日ケーキ

ジャスミン・パセリ
ブラウニー

ジャスミン
誕生日ケーキ

ミツバ・バジル
ガトーショコラ



3月の献立



	3月15日(火)	3月16日(水)	3月17日(木)	3月18日(金)	3月19日(土)	3月20日(日)	3月21日(月)
朝	☆あんかけ豆腐 ご飯 味噌汁(麩) かつおふりかけ	☆厚揚げの炒め物 ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆だし巻き玉子 ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆がんもの煮物 ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆厚揚げの炒め物 ご飯 味噌汁(麩) たまごふりかけ	☆はんぺんの玉子とじ しらす雑炊 味噌汁(麩)	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(じゃがいも) たらこふりかけ
昼	ご飯 赤魚の煮付け 高野豆腐の含め煮 いんげんの梅おかか和え 味噌汁(なす) パイン缶	ご飯 白身魚の黄身焼き 揚げだし豆腐 菊菜のツナ和え 味噌汁(麩) 白桃缶	ご飯 鶏肉の照焼き さつまいもの煮物 きゅうりのゆかり和え 清汁(麩) 黄桃缶	ご飯 鮭の塩焼き 天ぷら 酢れんこん 赤だし(なめこ) 抹茶ゼリー	ご飯 から揚げみぞれ煮 いんげんの醤油ソテー 白和え 味噌汁(麩) パイン缶	ご飯 豚肉のトマト煮 白菜のコンソメ煮 アスパラサラダ 味噌汁(麩) 黄桃缶	ご飯 春分の日 カレーのムニエル ラタトゥイユ おくらのツナ和え コンソメスープ(玉ねぎ) 白桃缶
夕	ご飯 ポークチャップ ピーマンのひき肉炒め 玉ねぎサラダ コンソメスープ(しめじ) 高菜漬け	ご飯 牛肉の旨煮 五目野菜煮 アスパラの胡麻和え 清汁(とろろ昆布) 紀ノ川漬け	ご飯 鱈の幽庵焼き 大根の煮物 おくらもずく 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 かに玉風 蒸ししゅうまい ほうれん草のとろろ和え 中華スープ(わかめ) 高菜漬け	ご飯 白身魚のカレーマヨネーズ焼き 春雨の炒め物 菊菜の磯和え 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 鰯の煮付け ひじきの煮物 ブロッコリーの辛子マヨ和え 清汁(えのき) 柴漬け	ご飯 温野菜棒棒鶏風 ホタテフライ いんげんサラダ 中華スープ(しめじ) 高菜漬け
おやつ	鯛饅頭	バナナカステラ	栗饅頭	黒糖饅頭	紅葉饅頭	エクレア	ぼたもち
	柚子ムース	抹茶ババロア	チョコババロア	オレンジゼリー	抹茶ゼリー	ピーチムース	いちごババロア

シナモン・セージ
ババロア

ラベンダー・オリーブ
ホットサンド





3月の献立



	3月22日(火)	3月23日(水)	3月24日(木)	3月25日(金)	3月26日(土)	3月27日(日)	3月28日(月)
朝	☆煮奴 ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆オムレツ ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆厚揚げの煮物 ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ	☆がんもの煮物 五目雑炊 味噌汁(麩)	☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ
昼	ご飯 鱈の梅煮 五目煮豆 菜の花のおかか和え 味噌汁(えのき) ミックス缶	ご飯 鶏チリ なすの含め煮 チンゲン菜のお浸し 中華スープ(わかめ) みかん缶	ご飯 鮭の南蛮漬け れんこんの炒め物 長芋とおくらの磯和え 味噌汁(わかめ) 黄桃缶	ご飯 白身魚のチーズ焼き いんげんの香味炒め 大豆サラダ 味噌汁(麩) パイン缶	ご飯 牛肉の玉子とじ 白菜とちくわの煮物 なすのおかか和え 味噌汁(大根) みかん缶	ご飯 ほっけの味噌漬け焼き 厚揚げの炒め物 きゅうりのピリ辛和え 清汁(麩) パイン缶	ご飯 味噌カツ いんげんとちくわの炒め物 キャベツのマスタード和え 清汁(麩) キウイフルーツ
夕	ご飯 豚肉の辛子醤油炒め ふろふき大根 ほうれん草のおかか和え 味噌汁(麩) かっぱ漬け	ご飯 カレーの煮付け さつまいもの甘煮 アスパラの胡麻和え 味噌汁(しめじ) 柴漬け	ご飯 大根と豚肉の煮物 白菜と揚げの煮物 ほうれん草の和え物 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 家常豆腐 きんぴらごぼう トマトの甘酢和え 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 蒸し鮭ホワイトソース きのこソテー グリーンサラダ コンソメスープ(玉ねぎ) かっぱ漬け	ご飯 豚と舞茸の炒め物 小松菜の煮物 カリフラワーの和え物 味噌汁(麩) 高菜漬け	ご飯 鱈のチリ蒸し じゃがいもの煮つ転がし チンゲン菜の辛子和え 味噌汁(麩) 柴漬け
おやつ	お菓子盛り合わせ コーヒー牛乳プリン	チョコミニマフィン バニラババロア	レモンケーキ ヨーグルトババロア	紫芋饅頭 プリン	初雁 チョコババロア	カカオケーキ 抹茶ゼリー	鈴カステラ マロンババロア

ジャスミン・パセリ
 スイートポテト
 ミント・アロエ
 ベビーカステラ



3月の献立



	3月29日(火)	3月30日(水)	3月31日(木)				
朝	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(麩) かつおふりかけ	☆卵の花 ご飯 味噌汁(麩) たまごふりかけ	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(麩) たまごふりかけ				
昼	ご飯 菜の花と筍のクリームシチュー カリフラワーのコンソメ煮 アスパラサラダ 黄桃缶	ご飯 ほっけの塩焼き じゃがいもと玉ねぎのソテー なすのポン酢和え 味噌汁(豆腐) 白桃缶	ご飯 鮭のムニエルタルタルソースかけ アスパラコロケ トマトサラダ 味噌汁(しめじ) みかん缶				
夕	ご飯 千草焼き 人参のきんぴら ほうれん草のサラダ 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 牛肉と大根の照り煮 かぼちゃのそぼろ煮 きゅうりのゆかり和え 清汁(麩) 高菜漬け	ご飯 豚肉と白菜のごまだれかけ ひじきの煮物 キャベツの生姜和え 味噌汁(麩) 刻みたくあん				
おやつ	バウムクーヘン	一口カステラ	田舎饅頭				
	ヨーグルトババロア	パインムース	プリン				

🐧シナモン・セージ

手作りケーキ

🐧ミツバ・バジル

変わりたこ焼き