



3月の献立表

	3月1日(水)	3月2日(木)	3月3日(金)	3月4日(土)	3月5日(日)	3月6日(月)	3月7日(火)
朝食	☆だし巻玉子 ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆スクランブルエッグ ご飯 味噌汁(麩) たまごふりかけ	☆オムレツ ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆あんかけ豆腐 ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆厚揚げの煮物 鮭雑炊 味噌汁(麩)	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆煮奴 ご飯 味噌汁(麩) かつおふりかけ
昼食	赤飯 鱈の照り焼き かぼちゃ煮 いんげんの胡麻和え 味噌汁(えのき) ヨーグルト	ご飯 ポークチャップ キャベツのソテー 玉ねぎサラダ コンソメスープ(しめじ) パイン缶	ちらし寿司 桜色かにしゅうまい 菜の花の和え物 清汁(麩) 三色ゼリー 	ご飯 トマト煮込みハンバーグ ブロッコリーソテー 人参サラダ コンソメスープ(玉ねぎ) みかん缶	ご飯 鱈の中華あんかけ かぼちゃのそぼろ煮 なます 味噌汁(麩) ミックス缶	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) 白桃缶	ご飯 油淋鶏 チンゲン菜の中華炒め 春雨サラダ 中華スープ(白菜) ミックス缶
夕食	ご飯 牛肉のオイスターソース炒め 高野豆腐の煮物 チンゲン菜の和え物 清汁(麩) 高菜漬け	ご飯 赤魚の煮付け がんもの煮物 水菜の和え物 味噌汁(なす) かっぱ漬け	ご飯 カレーのおろし煮 高野豆腐の玉子とじ ひじきサラダ 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 鮭の南蛮漬け チンゲン菜の炒め煮 長芋の梅おかか和え 味噌汁(なす) 高菜漬け	ご飯 回鍋肉 じゃがいものコンソメ煮 おくらとツナの和え物 味噌汁(麩) 柴漬け	ご飯 豚肉と舞茸の炒め物 小松菜の煮物 カリフラワーの和え物 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け	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) 柴漬け
15時	牛乳ケーキ	パンケーキメープル	フィナンシェ	カステラ	鯛焼きカスタード	一口カステラ	ミニカスタードワッフル
	プリン	マロンババロア	ヨーグルトババロア	抹茶ゼリー	いちごムース	オレンジゼリー	抹茶ババロア

パセリ
クッキー

ミント・アロエ
三色プリン

シナモン・セージ
関東風桜もち



3月の献立表



	3月8日(水)	3月9日(木)	3月10日(金)	3月11日(土)	3月12日(日)	3月13日(月)	3月14日(火)
朝食	☆がんもの煮物 ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆だし巻き玉子 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(えのき) かつおふりかけ	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆卵の花 ほたて雑炊 味噌汁(はんぺん)	☆オムレツ ご飯 味噌汁(麩) 梅びしお	☆あんかけ豆腐 ご飯 味噌汁(麩) のり佃
昼食	ご飯 <small>菜の花と筍のクリームシチュー</small> <small>キャベツとハムのトマト煮</small> 大豆サラダ パイン缶	ご飯 鯖の山椒煮 大根の炒め煮 アスパラの胡麻和え 味噌汁(麩) みかん缶	ご飯 牛肉の甘辛炒め じゃがいものお焼き もずく豆腐 中華スープ(わかめ) 白桃缶	ご飯 <small>鮭のムニエルタルタルソースかけ</small> スクランブルエッグ トマトサラダ 味噌汁(しめじ) ヨーグルト	ご飯 焼肉風 ひじきの煮物 白菜のゆかり和え 味噌汁(麩) ミックス缶	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) 黄桃缶	ご飯 ホワイトデー 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
夕食	ご飯 ミートオムレツ <small>白菜と厚揚げの煮物</small> <small>おくらとおかかの和え物</small> 味噌汁(えび団子) かつぱ漬け	ご飯 鶏肉の治部煮 なすの揚げびたし 長芋の梅おかか和え 味噌汁(麩) 高菜漬け	ご飯 赤魚のおろし煮 小松菜の煮物 切り干し大根サラダ 味噌汁(麩) 紀ノ川漬け	ご飯 <small>豚肉と白菜のごまだれかけ</small> <small>菜の花と揚げの煮物</small> <small>きゅうりの梅肉和え</small> 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 太刀魚の蒲焼き 野菜大豆煮 いんげんのピーナツ和え 味噌汁(えのき) かつぱ漬け	ご飯 松風焼 さつまいもの甘煮 大根のおかか和え 味噌汁(麩) 高菜漬け	ご飯 蒸し鶏柚子あんかけ なすの揚げびたし チンゲン菜の和え物 味噌汁(麩) 柴漬け
15時	抹茶ワッフル チョコババロア	バウムクーヘン 抹茶ゼリー	はちみつケーキ 抹茶ババロア	紅葉饅頭 プリン	どら焼き 青りんごゼリー	黒糖饅頭 ヨーグルトババロア	ベルギーワッフル バニラババロア

♡ミツバ・バジル
桜もち

♡シナモン・セージ
ババロア



3月の献立



	3月15日(水)	3月16日(木)	3月17日(金)	3月18日(土)	3月19日(日)	3月20日(月)	3月21日(火)
朝食	☆厚揚げの炒め物 ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ	☆オムレツ ご飯 味噌汁(麩) たいみそ	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(麩) ふりかけ	☆ウインナーソテー ご飯 味噌汁(豆腐) たまごふりかけ	☆大豆トマト煮 しらす雑炊 味噌汁(麩)	☆ハムエッグ ご飯 味噌汁(麩) たらこふりかけ	☆だし巻き玉子 しらす雑炊 味噌汁(麩) 
昼食	ご飯 牛肉の玉子とじ 小松菜とちくわの煮物 トマトサラダ 味噌汁(大根) ミックス缶	ご飯 鯖のみりん醤油焼き がんもの煮物 小松菜のお浸し 味噌汁(麩) みかん缶	山菜鶏南蛮そば ちくわの磯部揚げ ほうれん草のナムル 白桃缶	ご飯 鮭のマスタード焼き 白菜のコンソメ煮 カリフラワーとツナのサラダ ミネストローネ ヨーグルト	シーフードカレーライス アスパラクリームロール きゅうりとツナのサラダ 黄桃缶	筍ご飯 鯖の味噌煮 人参きんぴら いんげんの和え物 清汁(麩) パイン缶 	ご飯 青椒肉絲 豆腐の中華煮 ほうれん草のお浸し 中華スープ(わかめ) 黄桃缶
夕食	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) かつぱ漬け	ご飯 エビフライ さつま揚げの煮物 アスパラサラダ 味噌汁(麩) 柴漬け	ご飯 太刀魚の香味焼き ブロッコリーの炒め物 なすのおかか和え 味噌汁(麩) 刻みたくあん	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) 紀ノ川漬け	ご飯 蒸し魚の野菜ソースかけ チキンナゲット 玉ねぎサラダ 味噌汁(えび団子) 高菜漬け	ご飯 鶏団子と野菜の煮物 厚揚げの炒め物 チンゲン菜のお浸し 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 鮭の西京焼き 大根と油揚げの煮物 おくらの和え物 味噌汁(麩) 柴漬け
15時	初雁 チョコババロア	カスタードケーキ ピーチゼリー	野菜カステラ バニラババロア	田舎饅頭 いちごババロア	ミニマフィン ヨーグルトババロア	鈴カステラ マロンババロア	おはぎ ピーチムース

↓オリーブ 
誕生日ケーキ 

↓ジャスミン
ババロア

↓セージ
誕生日ケーキ

↓ミント・アロエ
マドレーヌ

↓サフラン・タイム
たこ焼き

↓ラベンダー
フルーチェ



3月の献立



	3月22日(水)	3月23日(木)	3月24日(金)	3月25日(土)	3月26日(日)	3月27日(月)	3月28日(火)
朝食	☆ウインナーソテー 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) たいみそ	☆オムレツ ご飯 味噌汁(麩) たまごふりかけ	☆炒り豆腐 ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆だし巻き玉子 五目雑炊 味噌汁(麩)	☆チリコンカーン ご飯 味噌汁(麩) のり佃	☆あんかけ豆腐 ご飯 味噌汁(麩) かつおふりかけ
昼食	ご飯 豚肉のトマト煮 白菜のコンソメ煮 カリフラワーサラダ 味噌汁(麩) ヨーグルト	ご飯 チキン南蛮タルタルソース なべしぎ 切り干し大根のナムル 味噌汁(えのき) 黄桃缶	ご飯 白身魚の黄身焼き 揚げだし豆腐 めかぶと大根の和え物 味噌汁(麩) パイン缶	ご飯 豚肉のおろし焼き 麩の玉子とじ アスパラの胡麻和え 味噌汁(わかめ) 白桃缶	ご飯 鮭の幽庵焼き 切り干し大根の煮物 ほうれん草の胡麻和え 味噌汁(えのき) ミックス缶	ご飯 鶏肉のもろみ焼き ピーマンの甘辛炒め煮 トマト甘酢和え 味噌汁(麩) 黄桃缶	ご飯 カレイの梅煮 アスパラとウインナーのソテー 大根サラダ 清汁(麩) 白桃缶
夕食	ご飯 鱈の煮付け ひじきの煮物 キャベツとわかめの和え物 清汁(えのき) 紀ノ川漬け	ご飯 ほっけのカレー風味焼き じゃがいもの炒め物 いんげんの胡麻和え 味噌汁(玉ねぎ) 柴漬け	ご飯 牛肉の旨煮 五目野菜煮 ほうれん草のしらす和え 清汁(とろろ昆布) 刻みたくあん	ご飯 白身魚のねぎソース なすのひき肉炒め もやしの胡麻酢和え 味噌汁(麩) 高菜漬け	ご飯 豚みそ炒め さつまいもの甘煮 おくらの辛子和え 清汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 鱈の煮付け カリフラワーのツナ炒め キャベツの生姜和え 味噌汁(麩) 高菜漬け	ご飯 豚肉と大根の煮物 白菜と揚げの煮物 ほうれん草のかつお和え 味噌汁(麩) 柴漬け
15時	お菓子盛り合わせ	紫芋饅頭	いちごミニマフィン	ショコラフィナンシェ	バウムクーヘン	ドーナツ	抹茶饅頭
	ピーチゼリー	オレンジゼリー	いちごババロア	バニラババロア	プリン	抹茶ゼリー	パインムース

ミツバ・バジル
りんごパイ

ラベンダー・オリーブ
お好み焼き





3月の献立



	3月29日(水)	3月30日(木)	3月31日(金)				
朝食	☆大豆のトマト煮 ご飯 味噌汁(麩) 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(麩) 梅びしお				
昼食	ご飯 すき焼き風 なすと厚揚げの煮物 おくらの胡麻和え 味噌汁(麩) みかん缶	ご飯 鮭の塩焼き 天ぷら 菊菜と揚げのぬた和え 赤だし(なめこ) 抹茶ゼリー	ご飯 鶏肉のトマトソースかけ 白菜のコンソメ煮 ブロッコリーサラダ 味噌汁(麩) パイン缶				
夕食	ご飯 赤魚の味噌漬け焼き さつまいものレモン煮 ブロッコリーのカニカマ和え 味噌汁(玉ねぎ) 紀ノ川漬け	ご飯 チャンプル いんげんの香味炒め きゅうりの酢の物 味噌汁(麩) 刻みたくあん	ご飯 鱈の野菜あんかけ 小松菜と揚げの煮物 かぼちゃサラダ 味噌汁(玉ねぎ) かつぱ漬け				
15時	栗饅頭	バナナカステラ	鯛饅頭				
	チョコババロア	コーヒーゼリー	マロンババロア				

- サフラン・タイム
チョコパフェ
- ジャスミン・パセリ
フレンチトースト