

令和2年3月献立表

日	月	火	水	木	金	土
3月1日	3月2日	3月3日	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日
	ごはん スープ (キャベツ、人参) 煮込みハンバーグ 野菜炒め 酢の物 (胡瓜、しらす干し)	ちらし寿司 清汁 (豆腐、三つ葉) 春野菜の炊き合わせ 三色花ゼリー	ごはん 味噌汁 (玉葱、麩) コロケ キンピラゴボウ ジョア	ごはん 清汁 (なると、ねぎ) 魚の西京焼き じゃがいものクリーム煮 アスパラの胡麻ドレ和え	ごはん 味噌汁 (キャベツ、油揚げ) チキンチャップ 揚げだし豆腐 みつめ	パン (バターロール) ベジタブルチャウダー オムレツミートソースかけ 野菜サラダ フルーツヨーグルト
3月8日	3月9日	3月10日	3月11日	3月12日	3月13日	3月14日
	チャーハン 中華スープ 肉団子の甘酢あん 胡瓜の梅和え 果物 (マンゴー)	ひじきご飯 味噌汁 (白菜) 魚のおろし煮 くるみあえ 牛乳	ハヤシライス ジュリアンスープ イタリアンサラダ ヤクルト	ごはん 味噌汁 (わかめ、たまねぎ) チキンカツ マカロニサラダ 果物 (バナナ)	ごはん 味噌汁 (キャベツ、ねぎ) 鯖の生姜焼き いり豆腐 おひたし (春菊)	ごはん 中華スープ (小松菜、人参) 青椒肉絲 かぼちゃの煮物 杏仁豆腐
3月15日	3月16日	3月17日	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日
	ごはん 味噌汁 タンドリーチキン ひじきと大豆の煮付け 牛乳	ごはん 味噌汁 (油揚げ、たまねぎ) 酢豚 はるさめサラダ 果物 (フルーツカクテル)	ごはん 味噌汁 ぶりの照り焼き 肉じゃが キャベツの生姜漬	肉うどん 竹輪の磯辺てんぷら ほうれん草の胡麻和え おはぎ		親子丼 清汁 (青菜、麩) 切り昆布とちくわの煮物 ジョア
3月22日	3月23日	3月24日	3月25日	3月26日	3月27日	3月28日
	ごはん 味噌汁 (豆腐なめこ) 魚の香梅煮 油揚げの詰め煮 ヘルシーサラダ	ごはん 味噌汁 (もやし、ねぎ) 鶏肉のからあげ 筍の土佐煮 菜の花の辛しあえ	ごはん 清汁 (花麩、三つ葉) 牛肉とビーマンのソウダ炒め 大根とイカの煮物 果物 (オレンジ)	ごはん 味噌汁 (大根) メンチカツ タラモサラダ 蕪とわがいのピリリ漬	ごはん マーボー豆腐 スープ餃子 きゅうりのザーサイ和え ヤクルト	ごはん 清汁 (はんぺん、かつ) 回鍋肉 豆腐の蟹あんかけ コーヒーゼリー
3月29日	3月30日	3月31日	3月のお休みは、 1(日)・8(日)・15(日)・20(金)・ 22(日)・29(日)が お休みです。			
	カツカレー コールスローサラダ 漬物 (福神漬け・ラッキョウ) ヨーグルト	ごはん 味噌汁 (豆腐、ねぎ) 鶏肉のゴマダレ焼き 切干大根の炒り煮 厚焼き卵				
3月29日	3月30日	3月31日				