

〇〇 令和7年 3月 献立表 〇〇							
【9月 7常食】							
						1 (土)	2 (日)
期 食						牛乳 チンゲン菜の油炒め	おじや (鶏ミンチ) みそ汁 (かぼちゃと油揚げ) ピーナッツ和え ジョア (ストロベリー)
期 食						米飯 (米50) 筑前煮 白菜のツナ和え 味噌汁 (きつまいも) フルーツ (リンゴ)	きのこの炊き込みご飯 魚のごま焼き 白菜のゆた フルーツ (みかん缶)
期 食						カスタードケーキ	シルベヌ
タ 食						米飯 (米50) すき焼き風煮 ブロッコリーのかまあんと揚げ フルーツ (キウイ)	ハヤシライス シーチキンサラダ フルーツ (パイナップル) 福神漬
	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	8 (土)	9 (日)
期 食	米飯 (米50) みそ汁 (白菜) 玉葱のソテー ヨーグルト	スティックパン (プレーン) 牛乳 わがやとまぐろの和え ヨーグルト	米飯 (米50) みそ汁 (もやし) ほうれん草の煮浸し ヨーグルト	スティックパン (きつまいも) 牛乳 大豆サラダ	米飯 (米50) みそ汁 (もやし) 炒り卵とピーマンのソテー ジョア (ストロベリー)	薄皮ミニ (クリーム) 牛乳 キムチ (朝食用)	おじや (生家) みそ汁 (豆腐) 玉葱とベーコンのソテー ヤクルト
期 食	ちらし寿司 カレーの揚げ煮 菜の花のからし和え あさりのすまし汁 フルーツ (いちご)	米飯 (米50) 天ぷら盛り合わせ 切干大根とオクラのサラダ みそ汁 (玉葱) フルーツ (もも缶)	回転寿司 うの花炒め みそ汁 (じゃがいも)	米飯 (米50) 親子煮 ごま豆腐 春菊のごまあえ みそ汁 (じゃがいも)	米飯 (米50) ビーフシチュー ブロッコリーのサラダ コンソメスープ フルーツ (パイナップル)	米飯 (米50) 厚揚げのあんかけ ごま味噌和え 豚汁 たくあん漬	米飯 (米50) 松風焼き 菜の花のごま和え 味噌汁 (きつまいも) フルーツ (もも缶)
期 食	季節の和菓子 (女園)	レモンケーキ	デザートムース	アキモト オレンジパン	ミニあんまん	きつまいも煎しパン	やわらかサブレ (ココア)
タ 食	米飯 (米50) 鶏肉のケチャップ煮 ひじきのサラダ みそ汁 (大根)	米飯 (米50) 魚の煮付け きつまいもおろし和え みそ汁 (豆腐と鮭) 茄子の漬物	生家ごはん 豆腐ハンバーグ 味噌汁 (豆腐とキャベツ) みそ汁 (豆腐と小松菜)	オムライス オーロラサラダ 味噌汁 (豆腐とキャベツ) 福神漬	米飯 (米50) 豚肉さっぱり梅煮 大根サラダ 鶏レバーの味噌煮 すまし汁 (かにかまぼこ)	米飯 (米50) 魚の塩焼き (太刀魚) 胡瓜ともやしの中華風和え みそ汁 (大根) 漬物 (きゅうり漬け)	米飯 (米50) えびと豆腐のうま煮 シーチキンサラダ 味噌汁 (厚揚げ・小松菜) バナナ (1/2)
	10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	15 (土)	16 (日)
期 食	米飯 (米50) みそ汁 (じゃがいも) 小松菜の煮浸し ヨーグルト	スティックパン (プレーン) 牛乳 わがやとまぐろの和え ヨーグルト	米飯 (米50) みそ汁 (豆腐と鮭) ポークビーンズ ジョア (ストロベリー)	薄皮ミニ (白あん) 牛乳 ひじきのサラダ	米飯 (米50) みそ汁 (玉葱) わがやとまぐろの和え ヨーグルト	チョコチップスタックパン 牛乳 フレンチサラダ	おじや (生家) みそ汁 (豆腐と鮭) 大豆とひじきの煮物 ジョア (ストロベリー)
期 食	米飯 (米50) 照り焼きチキン 春雨サラダ コンソメスープ フルーツ (リンゴ)	米飯 (米50) さばの味噌煮 金平ごぼう 茶わん蒸し しば漬け	中華丼 大根サラダ かきたま汁 リンゴ缶	炊き込みご飯 だし巻きたまご 菜の花のからし和え 味噌汁 (きつまいも) フルーツ (もも缶)	米飯 (米50) ポテトコロッケ 春雨の酢の物 みそ汁 (豆腐と鮭) 野菜菜漬	ゆかりごはん 焼きそば 白菜のツナ和え みそ汁 (じゃがいも) フルーツ (パイナップル)	米飯 (米50) 炊き合わせ きつまいもおろし和え 豚汁 フルーツ (もも缶)
期 食	フルーチェ	ソフトクリーム	アキモト オレンジパン	和のパンケーキ	バウムロール	お菓子	バナナカステラ
タ 食	米飯 (米50) 白身魚の味噌焼き ほうれん草の白和え みそ汁 (かぼちゃと油揚げ) フルーツ (パイナップル)	米飯 (米50) 揚げだし豆腐のおろし煮 ほうれん草のソテー 卵スープ フルーツ (みかん缶)	米飯 (米50) ミートローフ 菜の花のからし和え みそ汁 (豆腐と小松菜) 漬物 (きゅうり漬け)	米飯 (米50) 豚バラ大根 キャベツのごま酢和え 煮炊 フルーツ (キウイ)	米飯 (米50) ムニエル 春菊としめじの和えもの 豆腐とコーンのスープ フルーツ (みかん缶)	米飯 (米50) オムレツ オクラとえびのしょうがが コンソメスープ たくあん漬	米飯 (米50) 鶏肉の味噌ソテー シーチキンサラダ みそ汁 (白菜) フルーツ (リンゴ)
	17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)	22 (土)	23 (日)
期 食	米飯 (米50) 味噌汁 (厚揚げ・小松菜) サツマイモサラダ (朝食) ヨーグルト	薄皮ミニ (あんパン) 牛乳 なすのオリーブ炒め	米飯 (米50) みそ汁 (じゃがいも) 小松菜の煮浸し ヨーグルト	薄皮ミニ (チョコ) 牛乳 ボト風	米飯 (米50) みそ汁 (もやし) 玉葱とベーコンのソテー ヨーグルト	スティックパン (プレーン) 牛乳 カレーソテー	おじや (鶏ミンチ) みそ汁 (かぼちゃと油揚げ) 大豆サラダ ジョア (ストロベリー)
期 食	米飯 (米50) 和風ハンバーグ マカロニサラダ みそ汁 (白菜) フルーツ (みかん缶)	米飯 (米50) さきみ身 (まぐろ・ササ) ふんふん大根 チキンサラダ みそ汁 (そうめん)	いなり寿司2個 にゅう麺 チキンサラダ バナナ (1/2) 生家甘酢漬	米飯 (米50) さけの山椒焼き ほうれん草サラダ 味噌汁 (しめじ) フルーツ (リンゴ)	米飯 (米50) 肉じゃが オクラとえびのしょうがが 煮炊 みそ汁 (大根) みそ汁 (白菜)	米飯 (米50) 鶏肉のマスタード焼き ひじきの酢の物 みそ汁 (白菜) バナナ (1/2)	米飯 (米50) 豚の焼肉のしめじ炒め シーチキンサラダ みそ汁 (豆腐と鮭) フルーツ (もも缶)
期 食	お役所菓子 (おはき)	フレンチトースト (備前)	プリン	お菓子	たこ焼き (冷凍)	ベビーシュクリーム	甘納豆 (2袋)
タ 食	米飯 (米50) おでん 菜種和え (菜の花) 鶏レバーの味噌煮 野菜菜漬	米飯 (米50) おでん 鶏肉 春菊のごまあえ すまし汁 (とろろ昆布) つば漬け	米飯 (米50) 鶏肉のおろし煮 かぼちゃサラダ みそ汁 (白菜) フルーツ (パイナップル)	米飯 (米50) お好みたまご ポテトサラダ みそ汁 (もも缶) フルーツ (リンゴ)	米飯 (米50) 魚の照り焼き 三色和え みそ汁 (白菜) しば漬け	米飯 (米50) えびと豆腐のうま煮 ブロッコリーのサラダ みそ汁 (大根) みそ汁 (白菜)	米飯 (米50) 魚の煮付け 千草和え 味噌汁 (きつまいも) フルーツ (キウイ)
	24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)	29 (土)	30 (日)
期 食	米飯 (米50) みそ汁 (白菜) きつまいもサラダ ヨーグルト	スティックパン (きつまいも) 牛乳 ポークビーンズ	米飯 (米50) みそ汁 (豆腐と鮭) ほうれん草の煮浸し ヤクルト	チョコチップスタックパン 牛乳 菜種和え (菜の花)	米飯 (米50) みそ汁 (白菜) 玉葱とベーコンのソテー ヨーグルト	薄皮ミニ (あんパン) 牛乳 パンキンサラダ (朝食) ヨーグルト	おじや (鶏フレーク) 味噌汁 (きつまいも) 玉葱のソテー ヤクルト
期 食	米飯 (米50) 麻婆豆腐 大根サラダ 卵スープ	米飯 (米50) 鮭のチャンちゃん焼き ごぼうサラダ みそ汁 (豆腐と小松菜) フルーツ (キウイ)	ゆかりごはん きつねうどん シーチキンサラダ 鶏レバーの味噌煮 バナナ (1/2)	米飯 (米50) お好みたまご ほうれん草のお浸し 味噌汁 (きつまいも) なすの漬漬	米飯 (米50) サバの煮つけ 五色和え みそ汁 (豆腐と小松菜) フルーツ (キウイ)	米飯 (米50) 鶏肉の甘酢あんかけ キャベツのごま和え うぐいす豆 卵スープ	米飯 (米50) 納豆と板えびの卵焼き きぬめ煮 みそ汁 (豆腐と鮭) バナナ (1/2)
期 食	カスタードケーキ	しっとりまんじゅう (黒)	ミニ今川焼き	プリン	飯もち	お菓子	小豆黒しパン
タ 食	カレーライス さきみと大根おろしの炒め漬	生家ごはん 厚揚げのあんかけ さきみと大根おろしの炒め汁 (かぼちゃと油揚げ)	米飯 (米50) 肉豆腐 たけのことイカの木の芽みそ汁 (みかん缶)	米飯 (米50) シューマイのあんかけ 煮豆のせろ煮 みそ汁 (豆腐と小松菜) バナナ (1/2)	米飯 (米50) 豆入りハンバーグ 切り干し大根とオクラのあん煮	米飯 (米50) サクサイライ 菜の花のからし和え みそ汁 (青菜・椎) しば漬け	米飯 (米50) 豚肉の中華風込み ブロッコリーの酢味噌かけ 味噌汁 (厚揚げ・小松菜) フルーツ (もも缶)
	31 (月)						
期 食	米飯 (米50) みそ汁 (じゃがいも) 煮浸し ジョア (ストロベリー)						
期 食	米飯 (米50) 鶏の西京焼き 胡瓜ともやしの酢の物 みそ汁 (豆腐となめこ) 野菜菜漬						
期 食	アキモト オレンジパン						
タ 食	カツ丼 ごぼうサラダ すまし汁 (そうめん) フルーツ (パイナップル)						