



予定献立表

令和 7年 3月 11日 ~ 令和 7年 3月 20日

日	朝食	昼食	夕食
11(火)	ごはん みそ汁 厚あげの煮物 佃煮 牛乳 	ごはん ヒレカツのソース煮 豆乳汁 ポテトサラダ フルーツ 	ごはん 親子煮 アスパラのジャコ炒め みぞれ和え 
12(水)	ごはん みそ汁 ひじき煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん 鯖の味噌煮 吉野汁 青菜とコーンの和え物 フルーツ 	ごはん ロールキャベツ 金平 ながいもサラダ 
13(木)	ごはん みそ汁 麩のすき煮 佃煮 乳酸菌飲料 	ごはん 五目玉子焼き 千切野菜のすまし汁 白菜のごま酢和え フルーツ 	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き 芋金平 アスパラの味噌和え 
14(金)	ごはん みそ汁 大根の千切り炒め ふりかけ 牛乳 	ポークカレー 千切り野菜のサラダ ヨーグルトのフルーツソースかけ 	ごはん 団子揚げ 青菜のソテー ししゃもの南蛮漬け 
15(土)	ごはん みそ汁 白菜の炒め煮 ふりかけ 牛乳 	ごはん 豚肉の味噌漬け焼き キャベツと玉子のスープ スパゲティサラダ フルーツ 	ごはん 関東煮 ふきの炒め煮 玉子豆腐 
16(日)	ごはん みそ汁 野菜のソテー 佃煮 牛乳 	ごはん 白身魚のピカタ ポトフスープ ほうれん草サラダ フルーツ 	ごはん すき焼き風煮 里芋の味噌田楽 若布の酢の物 
17(月)	ごはん みそ汁 だし巻 ふりかけ ブルーベリーヨーグルト 	ごはん ハンバーグ 根菜汁 イエローサラダ フルーツ 	ごはん カレーのおろし煮 豆腐チャンプル キャベツの和風和え 
18(火)	ごはん みそ汁 青菜の炒め物 佃煮 牛乳 	牡丹もち(代替えは玉子焼き) 春野菜の味噌汁 白菜のお浸し つけもの フルーツ 	ごはん 焼き肉 蒸しシューマイ カリフラワーの甘酢和え 
19(水)	ごはん みそ汁 大豆煮 ふりかけ 牛乳 	山菜そば(代替えは麩の卵とじ) 焼きおにぎり 白和え マンゴープリン 	ごはん ムニエル ひじき煮 菜花のマヨネーズ和え 
20(木) 春分の日	ごはん みそ汁 ブロッコリーのソテー ふりかけ 乳酸菌飲料 	ごはん かきあげ みそ汁 青菜のポン酢和え フルーツ 	ごはん ポテトオムレツ ぜんまい煮 フレンチサラダ 