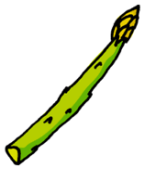






日	朝食	昼食	夕食
1(土)	ごはん みそ汁 アスパラの塩炒め 佃煮 牛乳 	ごはん 牛肉コロッケ 具沢山味噌汁 海草サラダ フルーツ 	ごはん 肉豆腐 源平煮なます 青菜のなめたけ和え 
2(日)	ごはん みそ汁 南瓜ソテー ふりかけ 牛乳 	ごはん スパニッシュオムレツ 切り干し大根の煮物 菜花のサラダ フルーツ 	ごはん 赤魚の煮付け 青菜のソテー 春雨の酢の物 
3(月) ひな祭り	ごはん みそ汁 大根煮 ふりかけ コア・コア 	ちらし寿司(代替えは魚の野菜蒸し) すまし汁 菜花の味噌和え イチゴプリン 	ごはん ポークソテー ぜんまい煮 フレンチサラダ 
4(火)	ごはん みそ汁 麩の煮付け 佃煮 牛乳 	ごはん 鮭のホイル焼き 沢煮椀 グリーンサラダ フルーツ 	ごはん ぎせい豆腐 糸切昆布煮つけ ユカリ和え 
5(水) ひな祭り	ごはん みそ汁 金平風 ふりかけ 牛乳 	赤飯 てんぷら みそ汁 白菜の酢の物 フルーツ 	ごはん 八宝菜 肉団子 マカロニサラダ 
6(木)	ごはん みそ汁 洋風野菜の炒め煮 佃煮 アシド・ミルク 	ごはん 野菜の肉巻き照り焼き風 キャベツのスープ ひじきのサラダ フルーツ 	ごはん 鯖の生姜焼き 炒り豆腐 三色和え 
7(金)	ごはん みそ汁 ケチャップ炒め ふりかけ 牛乳 	ごはん かに玉 豆腐湯(トウフウタン) 切り干し大根の中華和え コンポート 	ごはん 宝袋 南瓜のいとこ煮 青菜のポン酢和え 
8(土)	ごはん みそ汁 野菜ソテー ふりかけ 牛乳 	ごはん 鯖の幽庵焼き 野菜のくず椀 長芋の梅肉和え フルーツ 	ごはん ポトフ 大豆煮 ビーフンサラダ 
9(日)	ごはん みそ汁 青菜のじゃこ炒め 佃煮 牛乳 	ごはん 豆腐ハンバーグ カリフラワーグラタン 大根サラダ フルーツ 	ごはん 肉じゃが 茶碗蒸し 青菜の辛し和え 
10(月)	ごはん みそ汁 ブロッコリーの炒め煮 ふりかけ イチゴヨーグルト 	ちゃんぽん風(代替えは豆腐とえびの旨煮) 大学芋 トマトサラダ デザートムース 	ごはん 寄せ鍋 金時豆煮 もずく酢 