

3月

献立表

選択メニューは、お休みさせていただきます。
ご了承下さい。



毎週金曜日発行

セレクト食なし	2日(火)	朝食	味噌汁 炊き寄せ煮 牛乳 調味噌	昼食	わかめスープ 鱈のチリソースかけ しゅうまい 漬物 みかん缶	糖尿食 鱈のチリソースかけ しゅうまい ごま和え ビタミンゼリー(ノンシュガー)	減塩食 鱈のチリソースかけ しゅうまい ごま和え みかん缶	夕食	豆腐ハンバーグ 茄子の揚げ出し 三色生酢	糖尿食 豆腐ハンバーグ 茄子の揚げ出し 三色生酢	減塩食 豆腐ハンバーグ 茄子の揚げ出し 三色生酢
	3日(水)	朝食	味噌汁 じゃが芋とツナの煮物 牛乳 ふりかけ	昼食	あさりの清汁 焼肉風 浸し マカロニサラダ	糖尿食 焼肉風 浸し マカロニサラダ	減塩食 焼肉風 浸し マカロニサラダ	夕食	ひな寿司 大根のかにあんかけ ごま和え ひなあられ	糖尿食 ひな寿司 大根の柚子あんかけ ごま和え ひなあられ	減塩食 ひな寿司 大根の柚子あんかけ ごま和え ひなあられ
	4日(木)	朝食	味噌汁 炒め煮 牛乳 うろり佃煮	昼食	赤だし サワラの柚庵焼き 里芋のそぼろあんかけ ごま和え	糖尿食 サワラの柚庵焼き 里芋のそぼろあんかけ ごま和え	減塩食 サワラの柚庵焼き 里芋のそぼろあんかけ ごま和え	夕食	肉豆腐 ゆかり和え 温泉卵	糖尿食 肉豆腐 ゆかり和え 温泉卵	減塩食 肉豆腐 ゆかり和え 温泉卵
	5日(金)	朝食	味噌汁 南瓜の煮付け 牛乳 漬物	昼食	豚汁 蒸鶏の胡麻だれかけ 千切り煮 ピーナッツ和え	糖尿食 蒸鶏の胡麻だれかけ 千切り煮 ピーナッツ和え	減塩食 蒸鶏の胡麻だれかけ 千切り煮 ピーナッツ和え	夕食	揚げ魚の野菜あんかけ(タラ) きんぴら 酢の物	糖尿食 揚げ魚の野菜あんかけ(タラ) きんぴら 酢の物	減塩食 揚げ魚の野菜あんかけ(タラ) きんぴら 酢の物
	6日(土)	朝食	味噌汁 とろろ 牛乳 野菜大豆煮	昼食	中華風スープ 鮭のタルタルソースかけ 煮浸し みぞれ和え	糖尿食 焼魚(鮭) 煮浸し みぞれ和え	減塩食 鮭のタルタルソースかけ 煮浸し みぞれ和え	夕食	あさり御飯 ねぎ入りだし巻き卵 レモン煮 磯和え	糖尿食 あさり御飯 ねぎ入りだし巻き卵 レモン煮 磯和え	減塩食 あさり御飯 ねぎ入りだし巻き卵 レモン煮 磯和え
	7日(日)	朝食	味噌汁 豆腐田楽 牛乳 味付け海苔	昼食	清汁 サバの生姜煮 ひじき煮 浸し	糖尿食 赤魚の生姜煮 ひじき煮 浸し	減塩食 赤魚の生姜煮 ひじき煮 浸し	夕食	八宝菜 ポテトサラダ 空也蒸し	糖尿食 八宝菜 野菜のコンソメ煮 空也蒸し	減塩食 八宝菜 ポテトサラダ 空也蒸し
	8日(月)	朝食	味噌汁 だし巻き卵 牛乳 ふりかけ	昼食	カレーライス コールスローサラダ 福神漬 杏仁豆腐	糖尿食 カレーライス コールスローサラダ 磯和え ビタミンゼリー(ノンシュガー)	減塩食 カレーライス コールスローサラダ 磯和え 杏仁豆腐	夕食	カレイのピカタ きのこ豆腐 白菜の即席漬	糖尿食 カレイのピカタ きのこ豆腐 浸し	減塩食 カレイのピカタ きのこ豆腐 浸し