


3月1日～3月12日まで

食事献立予定表

日	曜	お昼のこんだて	鶏肉	食材料名	小麦粉	
3月						
1	月	ごはん 鶏の南蛮漬け 煮物 磯のりあえ ウィンナー	鶏肉 さつま揚げ ウィンナー	玉ねぎ 人参 ねぎ いんげん 切干大根 こんにゃく のり ほうれん草 白菜	小麦粉 さとう 油 ごはん	ふりかけ
2	火	ごはん 魚のパン粉焼き カリフラワーのクリーム煮 マカロニサラダ 玉子焼き	鮭 ベーコン たまご 牛乳	パセリ ブロッコリー 人参 カリフラワー 玉ねぎ コーン	マヨネーズ パン粉 油 マカロニ ごはん	ふりかけ ホワイトルウ
3	水	ちらし寿司 お浸し フルーツ フライドポテト	錦糸たまご 桜でんぶ かつお節	ちらし寿司の素(人参 干ししたけ) 菜の花 みかん缶 きぬさや のり	じゃがいも 酢 さとう ごはん 油	ふりかけ
4	木	ハヤシライス マカロニサラダ フルーツポンチ	豚肉 ハム	玉ねぎ 人参 しめじ キャベツ みかん缶 黄桃缶 白桃缶	じゃがいも マヨネーズ ごはん	ふりかけ
5	金	ごはん 白身魚の味噌煮 かぼちゃの和風あん ブロッコリーサラダ 玉子焼き	白身魚 たまご	ほうれん草 人参 玉ねぎ しめじ ブロッコリー キャベツ	かぼちゃ さとう	ふりかけ
8	月	ふわふわ玉子のオムライス 大根フレンチサラダ フルーツ フライドポテト	たまご 豚挽肉 カニ風味かまぼこ	玉ねぎ グリンピース 大根 かいわれだいこん みかん缶	ごはん さとう じゃがいも 油	ふりかけ
9	火	ごはん 鶏の照り焼き 煮物 緑黄色野菜サラダ 玉子焼き	鶏肉 たまご	ブロッコリー 大根 人参 いんげん ほうれん草	かぼちゃ マヨネーズ さとう ごはん	ふりかけ
10	水	ごはん 白身魚のみりん焼き 煮物 酢の物 フライドポテト	白身魚	ほうれん草 れんこん ごぼう こんにゃく いんげん わかめ きゅうり みかん缶	じゃがいも さとう 油 ごはん	ふりかけ
11	木	ごはん 魚のみそ焼き さつま芋サラダ 生姜和え 玉子焼き	赤魚 みそ ちくわ たまご	ほうれん草 わかめ 生姜	さつまいも マヨネーズ ごま ごはん	ふりかけ
12	金	ごはん メンチカツ(既製品) 煮物 塩昆布和え 玉子焼き	牛肉 たまご	たまねぎ 絹さや きゅうり キャベツ ブロッコリー 塩昆布	小麦粉 パン粉 油 ごはん	ふりかけ
		* 材料の入荷の都合により、メニューの変更のある事をご了承ください。	* かまぼこ・ハム・ベーコンには卵が含まれていません。			