

 3月献立予定表
 



デイサービス

	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
 昼食		お赤飯 めばるの柚子胡椒焼き 里芋の煮物 フルーツ 味噌汁	米飯 鯖の山椒焼き 切干大根の煮物 フルーツ 味噌汁	ちらし寿司 菜の花の辛子和え 三色ババロア すまし汁	オムライス シーザーサラダ フルーツゼリー スープ 	米飯 ホキの南蛮漬け さつま芋の甘煮 フルーツ 味噌汁
おやつ		蒸しパン	くろ棒	モンブラン	シフォンケーキ	水ようかん
	7	8	9	10	11	12
昼食	米飯 鮭の和風ムニエル 青菜のクリーム煮 フルーツ 味噌汁	米飯 鶏肉みぞれ煮 白和え フルーツ すまし汁	きのこの和風スパゲッティ じゃが芋のツナソテー ブロッコリーサラダ フルーツヨーグルト	米飯 赤魚の香り蒸 茄子のそぼろあんかけ フルーツ 味噌汁	米飯 鶏のから揚げ 菜の花の酢味噌和え フルーツ すまし汁	米飯 豚肉の生姜炒め 冬瓜のカニカマあんかけ フルーツ 味噌汁
おやつ	いちごクレープ	スイスロール	ドーナッツ	ブドウゼリー	抹茶クリームパンケーキ	やわらかおかき
	14	15	16	17	18	19
昼食	米飯 さわらの柚子庵焼き 南瓜の煮物 フルーツ 味噌汁	ひき肉カレー ツナ野菜炒め フルーツ ジョア 	米飯 鮭の塩麹焼き 卵の花 フルーツ 味噌汁	鶏南蛮そば 青菜ソテー キャベツのゆかり和え フルーツ	菜飯 五目卵焼き かぶの海老あんかけ フルーツ すまし汁	米飯 カレーの焼浸し 厚揚げの煮物 フルーツ 味噌汁
おやつ	アップル&ピーチケーキ	どら焼き	ドームケーキ	抹茶ワッフル	ブチドック	ミニアンパン
	21	22	23	24	25	26
昼食	 お休み 	米飯 豆腐のチャンプル れんこんの煮物 フルーツ 味噌汁	米飯 鯖の味噌つけ焼き 野菜の炒り煮 フルーツ すまし汁	米飯 白身魚のフライ ほうれん草の辛子和え フルーツ 味噌汁	カレーうどん 小松菜の煮浸し かにかまと白菜の甘酢風味 フルーツ	 米飯 麻婆豆腐 春雨サラダ フルーツ スープ
おやつ		ワッフル	今川焼	くずまんじゅう	ロールケーキ	黒糖饅頭
	28	29	30	31	 	
昼食	米飯 タンドリーチキン コールスロウサラダ フルーツ スープ	米飯 秋刀魚の塩焼き 大豆と竹輪の煮物 フルーツ 味噌汁	握り寿司 茶碗蒸し 高野信田の炊き合わせ フルーツ すまし汁	米飯 牛肉コロッケ 蒸し鶏のバンバンジーサラダ フルーツ スープ		
おやつ	抹茶ババロア	コーヒーゼリー	ショコラブッセ	人形焼き		