月間献立表

ソフト(A)

日付							03月01日(日)
朝							全粥 250 ｳｲﾝﾅｰｿﾃｰ ｶﾘﾌﾗﾜｰｻﾗﾀﾞ ふりかけ みそ汁(さつま芋・大根葉) ヨーグルト
昼							全粥 250 春のｶﾆ玉あんかけ ほうれん草のﾋﾟｰﾅｯﾂ和え フルーツ缶(黄桃) お吸物(花麩・ねぎ)
15時食							おやつ(コーヒーサンド)
夕							全粥 250 さわらの漬け焼き 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ 大根と鶏肉の煮物 フルーツ(オレンジ) ○たいみそ

日付	03月02日(月)	03月03日(火)	03月04日(水)	03月05日(木)	03月06日(金)	03月07日(土)	03月08日(日)
朝	全粥 250 がんもの煮物 二色和え のり佃煮 みそ汁(もやし・かぶ葉) 牛乳	全粥 250 さつま揚げとじゃが芋の炒め煮 大根のさっぱり和え ふりかけ みそ汁(小松菜・えのき) 牛乳	パン粥 200 和風ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ 白菜のお浸し ジャム コンソメスープ(かぶ・しろな) 牛乳	全粥 250 ちくわの甘辛煮 畑菜のなめたけ和え ふりかけ みそ汁(冬瓜・かぶ葉) 乳酸菌飲料	全粥 250 ひきわり納豆 ﾁﾝｹﾞﾝ菜とﾍﾞｰｺﾝの炒め物 たいみそ みそ汁(もやし・ﾜｶﾒ) 牛乳	全粥 250 親子煮 ほうれん草のお浸し ふりかけ みそ汁(じゃが芋・かぶ葉) ヨーグルト	パン粥 200 ﾐｰﾄﾎﾞｰﾙ 付)畑菜 ｵｸﾗのﾎﾟﾝ酢和え ジャム ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(玉葱・うずまき麩) 牛乳
昼	全粥 250 さばの生姜煮 付)花人参・ｵｸﾗ ｷｬﾍﾞﾂのゆかり和え フルーツ缶(パイン) みそ汁(油揚げ・ﾜｶﾒ)	菜かゆ 赤魚の山芋がけ 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ 菜の花の辛子和え うずら豆 茶碗蒸し	全粥 250 ほっけの塩麹焼き 付)ほうれん草 ひじきの煮物 フルーツ缶(キウイ) みそ汁(玉葱・うずまき麩)	ﾐｰﾄｽﾊﾟｹﾞｯﾃｨ ﾎﾟﾃﾄのｺﾝｿﾒ煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ ｾﾞﾘｰ	全粥 250 鶏肉の梅肉焼き 付)金平ごぼう 菜の花のくるみ和え フルーツ缶(黄桃) お吸物(豆腐・貝割)	全粥 250 かれいの焼き浸し 付)小松菜 なすの炒め物 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(大根・ねぎ)	全粥 250 麻婆豆腐 春雨ｻﾗﾀﾞ フルーツ缶(パイン) 中華ｽｰﾌﾟ(もやし・大根葉)
15時食	おやつ(チョコクレープ)	おやつ(桃の花3色ゼリー)	おやつ(メロンゼリー)	おやつ(そば饅頭)	おやつ(きなこパンケーキ)	おやつ(すんだどら焼き)	おやつ(ドームケーキこしあん)
夕	全粥 250 鶏肉のごまみそ焼き 付)ﾋﾟｰﾏﾝ 里芋とちくわの含め煮 フルーツ(バナナ) もずくときゅうりの酢の物	全粥 250 豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ ﾃﾘﾔｷｿｰｽ) 付)人参ｸﾞﾗｯｾ・ﾊﾟｽﾀ さつま芋きんぴら ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとツナのｻﾗﾀﾞ フルーツ缶(白桃)	全粥 250 ﾁｷﾝのｶﾚｰｸﾞﾘﾙ 付)いんげん 茄子のﾄﾏﾄ煮 ﾏｶﾛﾆｻﾗﾀﾞ フルーツ(オレンジ)	全粥 250 かにかま入り卵焼き 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ 鶏肉と大根のｵｲｽﾀｰ煮 フルーツ缶(みかん) 香の物(青しその実漬け)	全粥 250 赤魚の西京焼き 付)ｵｸﾗ さつま芋と昆布の煮物 白菜のゆず醤油和え フルーツ缶(パイン)	全粥 250 豚肉の玉葱ｿｰｽ炒め 冬瓜のおかか煮 ｷｬﾍﾞﾂと沢庵の和え物 フルーツ(オレンジ)	全粥 250 ﾒﾊﾞﾙの煮付け 付)かぶ・花人参 卵の花 青菜と桜えびの和え物 フルーツ缶(ﾏﾝｺﾞｰ)

日付	03月09日(月)	03月10日(火)	03月11日(水)	03月12日(木)	03月13日(金)	03月14日(土)	03月15日(日)
朝	全粥 250 つみれと里芋の煮物 しろなのごま和え ふりかけ みそ汁(大根・ﾜｶﾒ) 乳酸菌飲料	パン粥 200 卵とじ ｶﾘﾌﾗﾜｰｻﾗﾀﾞ ジャム コンソメスープ(冬瓜・畑菜) 牛乳	全粥 250 厚揚げの治部煮 ﾁﾝｹﾞﾝ菜とちくわの和え物 ふりかけ みそ汁(里芋・大根葉) 牛乳	パン粥 200 ｳｲﾝﾅｰとかぶのﾎﾟﾄﾌ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの和風和え ジャム コンソメスープ(豆腐・ねぎ) 乳酸菌飲料	全粥 250 厚焼き卵 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ ｵｸﾗとえのきの和え物 ふりかけ みそ汁(ﾁﾝｹﾞﾝ菜・油揚げ) 牛乳	全粥 250 がんもの含め煮 白菜の塩昆布和え たいみそ みそ汁(しめじ・ねぎ) 牛乳	全粥 250 にしんの梅煮 ｶﾘﾌﾗﾜｰのごま醤油和え ふりかけ みそ汁(ほうれん草・おつゆ麩) ヨーグルト
昼	全粥 250 豚肉ときのこの炒め物 ｷｬﾍﾞﾂのｻﾗﾀﾞ フルーツ缶(キウイ) みそ汁(ほうれん草・油揚げ)	全粥 250 さばの味噌煮 付)ｵｸﾗ 小松菜の磯和え フルーツ缶(白桃) お吸物(うずまき麩・貝割)	全粥 250 ふくさ焼き 付)いんげん 大根と油揚げの煮物 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(しろな・えのき)	全粥 250 あじの生姜煮 付)小松菜 さつま芋きんぴら フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(玉葱・ﾜｶﾒ)	全粥 250 牛すき煮 じゃが芋のたらこ炒め フルーツ缶(パイン) みそ汁(もやし・かぶ葉)	全粥 250 白身魚の菜種焼き 付)いんげん 里芋とﾜｶﾒの煮物 フルーツ缶(黄桃) みそ汁(畑菜・うずまき麩)	全粥 250 ﾎﾟｰｸカレー ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾁｪ(いちご) 香の物(刻みつぼ漬)
15時食	おやつ(とちあいかモンブラン)	おやつ(バニラババロア)	おやつ(炭酸饅頭)	おやつ(カステラ)	おやつ(プチケーキ)	おやつ(マスカットゼリー)	おやつ(黒糖饅頭)
夕	全粥 250 さわらの香味焼き 付)いんげん 白菜と鶏肉の旨煮 フルーツ(オレンジ) 昆布豆	全粥 250 鶏肉のｹﾁｬｯﾌﾟ焼き 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ ｼﾞｬｰﾏﾝﾎﾟﾃﾄ フルーツ(メロン) ﾋﾟｸﾙｽ	全粥 250 ますの照り焼き 付)そら豆 なすの煮浸し 白菜のﾎﾟﾝ酢和え フルーツ(バナナ)	全粥 250 回鍋肉 えび焼売 ほうれん草としめじの和え物 フルーツ(オレンジ)	全粥 250 赤魚の塩麹焼き 付)しろな 冬瓜のそぼろがけ フルーツ缶(キウイ) 香の物(しば漬け)	全粥 250 ﾁｰｽﾞｲﾝﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ﾊﾞｼﾞﾙﾊﾟｽﾀ フルーツ(オレンジ) 人参ｻﾗﾀﾞ	全粥 250 しいらのﾑﾆｴﾙ ｿｰｽ) 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ・トマト かぶの信田煮 菜の花の酢みそがけ フルーツ缶(パイン)

日付	03月16日(月)	03月17日(火)	03月18日(水)	03月19日(木)	03月20日(金)	03月21日(土)	03月22日(日)
朝	パン粥 200 和風ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ 小松菜のお浸し ジャム コンソメスープ(もやし・ﾜｶﾒ) 牛乳	全粥 250 厚揚げの甘辛煮 しろなとしめじの和え物 ふりかけ みそ汁(さつま芋・かぶ葉) 牛乳	全粥 250 ひきわり納豆 切干大根の炒め煮 たいみそ みそ汁(小松菜・うずまき麩) 乳酸菌飲料	全粥 250 さつま揚げと里芋の煮物 ほうれん草の白和え ふりかけ みそ汁(玉葱・ﾜｶﾒ) 牛乳	パン粥 200 じゃが芋とツナの炒め物 しろなのお浸し ジャム コンソメスープ(白菜・油揚げ) 乳酸菌飲料	全粥 250 豆腐ﾁｬﾝﾌﾟﾙ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのゆず醤油和え ふりかけ みそ汁(さつま芋・大根葉) 牛乳	全粥 250 だし巻卵 付)うぐいす豆 白菜のお浸し たいみそ みそ汁(大根・しめじ) 牛乳
昼	全粥 250 ますのﾊﾞﾀｰ醤油焼き 付)そら豆 白菜の煮浸し フルーツ(バナナ) みそ汁(大根・大根葉)	えびﾘｿﾞｯﾄ 照り焼きﾁｷﾝ 付)ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ ｶﾘﾌﾗﾜｰｻﾗﾀﾞ ｾﾞﾘｰ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ほうれん草・玉葱)	小豆粥 ソ)天ぷら盛り合わせ 京風五目豆腐の含め煮 菜の花のお浸し お吸い物(花麩・ねぎ)	全粥 250 鶏肉のごま醤油焼き 付)いんげん ﾏｶﾛﾆｻﾗﾀﾞ フルーツ缶(白桃) みそ汁(もやし・畑菜)	全粥 250 ぶりの幽庵焼き 付)大根おろし 菜の花の錦糸和え フルーツ缶(キウイ) お吸物(花麩・貝割)	全粥 250 ﾌﾞﾙｺｷﾞ ほうれん草のﾅﾑﾙ フルーツ缶(黄桃) 中華ｽｰﾌﾟ(春雨・ﾜｶﾒ)	全粥 250 黒むつの照り焼き 付)里芋・花人参 畑菜のなめたけ和え フルーツ(オレンジ) みそ汁(油揚げ・かぶ葉)
15時食	おやつ(抹茶パンケーキ)	おやつ(メロンムース)	おやつ(誕生日ケーキ)	おやつ(酒饅頭)	おやつ(人形焼き)	おやつ(ドームケーキ)	おやつ(もみじまんじゅう)
夕	全粥 250 松風焼き 付)いんげん なすの炒め物 フルーツ缶(みかん) 浅漬け(きゅうり)	全粥 250 ほっけの七味焼き 付)畑菜 ひじきの煮物 長芋とろろ フルーツ缶(キウイ)	全粥 250 豚肉の生姜焼き 付)ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ちくわとかぶの煮物 フルーツ缶(マンゴー) 昆布佃煮	全粥 250 黄金かれいの煮付け 付)ｵｸﾗ 豚肉と大根の炒め物 温泉卵 フルーツ(オレンジ)	全粥 250 豚肉の玉葱ｿｰｽかけ たれ) 付)ﾋﾟｰﾏﾝ なすの煮物 フルーツ(メロン) 香の物(つぼ漬け)	全粥 250 あじの香味焼き 付)小松菜 冬瓜のくずあんかけ フルーツ(バナナ) もずく酢	全粥 250 鶏肉のみそﾏﾖﾈｰｽﾞ焼き 付)いんげん かぼちゃの煮物 フルーツ缶(白桃) きゅうりの生姜醤油和え

日付	03月23日(月)	03月24日(火)	03月25日(水)	03月26日(木)	03月27日(金)	03月28日(土)	03月29日(日)
朝	全粥 250 フィッシュボールの煮物 ほうれん草の磯和え ふりかけ みそ汁(もやし・うずまき麩) 牛乳	全粥 250 焼き豆腐と大根の煮物 ﾁﾝｹﾞﾝ菜とえのきのお浸し うめびしお みそ汁(里芋・ﾜｶﾒ) 牛乳	全粥 250 野菜つみれの煮物 小松菜と揚げの和え物 ふりかけ みそ汁(玉葱・椎茸) 牛乳	全粥 250 ひきわり納豆 大根とちくわの含め煮 金山寺みそ みそ汁(さつま芋・貝割) 牛乳	パン粥 200 野菜炒め ｶﾘﾌﾗﾜｰの和風ｻﾗﾀﾞ ジャム コンソメスープ(もやし・油揚げ) 乳酸菌飲料	全粥 250 がんもの煮物 白菜と青菜のお浸し のり佃煮 みそ汁(大根・大根葉) 牛乳	パン粥 200 和風ﾐｰﾄﾎﾞｰﾙ 付)玉葱 畑菜の磯和え ジャム コンソメスープ(えのき・かぶ葉) ヨーグルト
昼	鶏南蛮うどん かぶとさつま揚げの煮物 卵豆腐 フルーツ缶(キウイ)	全粥 250 ﾒﾊﾞﾙの生姜煮 付)いんげん・花麩 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとえびの和え物 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(冬瓜・貝割)	全粥 250 牛肉のしぐれ煮 なすの炒め物 フルーツ缶(パイン) みそ汁(白菜・ねぎ)	全粥 250 ﾗｰﾒﾝ屋さんの裏ﾒﾆｭｰ 焼売(かに風味) 白菜の特製ナムル ミニ醤油ラーメン	全粥 250 ほっけのねぎ醤油焼き 付)小松菜 豆腐の煮付け フルーツ缶(パイン) みそ汁(玉葱・ﾜｶﾒ)	全粥 250 豚肉と野菜の中華炒め ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ フルーツ缶(みかん) 中華ｽｰﾌﾟ(しろな・春雨)	全粥 250 豚肉の漬け焼き 付)ｷｬﾍﾞﾂ 冬瓜のくず煮 フルーツ缶(パイン) みそ汁(もやし・うずまき麩)
15時食	おやつ(いちごムース)	おやつ(バームクーヘン)	おやつ(抹茶ゼリー)	おやつ(カスタードケーキ)	おやつ(蒸しパン)	おやつ(オレンジゼリー)	おやつ(焼ドーナツ)
夕	全粥 250 さばの南部焼き 付)しろな 肉じゃが フルーツ缶(パイン) 香の物(しば漬け)	全粥 250 豚肉とﾋﾟｰﾏﾝのｵｲｽﾀｰｿｰｽ炒め かに焼売 ｷｬﾍﾞﾂの塩昆布和え フルーツ(メロン)	全粥 250 しいらのﾄﾏﾄｿｰｽ ﾄﾏﾄｿｰｽ) 付)ｱｽﾊﾟﾗ じゃが芋のカレー炒め フルーツ(バナナ) ｶﾘﾌﾗﾜｰｻﾗﾀﾞ	全粥 250 あじの塩麹焼き 付)ｵｸﾗ・花人参 ﾁﾝｹﾞﾝ菜の炒め物 フルーツ(オレンジ) 昆布佃煮	全粥 250 ﾐｰﾄﾛｰﾌ ｿｰｽ) 付)いんげん かぶのｺﾝｿﾒ煮 フルーツ缶(黄桃) ○たいみそ	全粥 250 さわらの山椒焼き 付)そら豆 卯の花 フルーツ缶(キウイ) 菜の花のおかか和え	全粥 250 親子煮 きんぴらごぼう ほうれん草とｶﾆｶﾏの和え物 フルーツ缶(白桃)

日付	03月30日(月)	03月31日(火)
朝	全粥 250 炒り豆腐 ﾁﾝｹﾞﾝ菜のごま醤油和え うめびしお みそ汁(じゃが芋・玉葱) 牛乳	全粥 250 ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ ｶﾘﾌﾗﾜｰのﾚﾓﾝｻﾗﾀﾞ ふりかけ みそ汁(畑菜・おつゆ麩) 乳酸菌飲料
昼	全粥 250 ますの西京焼き 付)菜の花・花麩 さつま揚げといんげんの炒め物 フルーツ缶(マンゴー) お吸物(しめじ・貝割)	きつねそば 鶏肉の照り焼き 付)ｵｸﾗ 白菜のゆかり和え フルーツ缶(黄桃)
15時食	おやつ(味噌まんじゅう)	おやつ(ぶどうムース)
夕	全粥 250 豚肉と野菜の甘辛炒め 里芋の含め煮 フルーツ(オレンジ) 香の物(青しその実漬け)	全粥 250 さばの七味焼き 付)しろな ひじきの煮物 フルーツ缶(パイン) 浅漬け(ｷｬﾍﾞﾂ)

イベントメニュー

3/3 (火) ひな祭り寿司

3/9 (月) スイーツコレクション とちあいかモンブラン

3/18 (水) お誕生日メニュー

3/26 (木) おでかけランチ ラーメン屋さんの裏メニュー丼ぶり