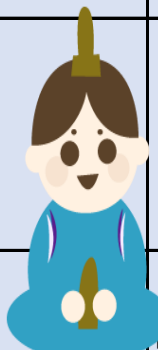




弥生(3月)献立表

月	火	水	木	金	土	
					1 	2 
				赤飯 西京焼き 高野豆腐 酢物 清汁	チキンカレー 野菜サラダ フルーツ寒天 コンソメスープ	
4	5	6	7	8	9	
ばら寿司 西京焼き 卵の花 おくら胡麻和え 味噌汁	白飯 八宝菜 蓮根サラダ 酢物 清汁	白飯 白身魚の無おろし煮 ひじき煮 酢物 味噌汁	おにぎり チャンポン 酢物 高野豆腐 キウイ	白飯 南瓜コロッケ 春キャベツの胡麻和 切干大根煮 清汁	しらす丼 卵寒天 南瓜の切昆布煮 豚汁 りんご	
11	12	13	14	15	16	
白飯 酢鶏 小松菜の煮浸し ポテトサラダ 清汁	白飯 鮭のタルタルソース 卵の花 酢物 清汁	三色そばろ丼 長芋フライ 蓮根サラダ バナナ 清汁	白飯 鯖の味噌煮 筑前煮 蕪の酢物 沢煮椀	白飯 豚生姜焼き 南瓜の切昆布煮 酢物 味噌汁	きのこご飯 鮭のおろし和え ねぎめた 煮豆 清汁	
18	19	20	21	22	23	
親子丼 揚げ出し豆腐 ほうれん草胡麻和え バナナ すりみ団子汁	白飯 煮魚 高野豆腐 酢物 味噌汁	白飯 鶏のごまだれ煮 春キャベツ酢味噌和え 中華風酢物 清汁	白飯 白身魚のあんかけ ひじき煮 酢物 清汁	白飯 煮込みハンバーグ 卵の花 酢物 卵スープ	白飯 肉コロッケ 切干大根煮 酢物 清汁	
25	26	27	28	29	30	
白飯 白身魚の南蛮漬 南瓜の切昆布煮 白和え 清汁	ハヤシライス マカロニサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ	筍の炊込飯 西京焼 小松菜の煮浸し 酢物 味噌汁	びびんば丼 揚げ出し豆腐 中華風酢物 ワカメスープ りんご	白飯 チキン南蛮 高野豆腐 切干大根煮 清汁	鯛飯 豆腐の落とし揚げ 煮豆 酢物 味噌汁	