

平成31年3月献立予定表

日	朝の献立	昼の献立	夕の献立	
1日 (金)	ご飯 味噌汁 オムレツ キャベツのさっと煮 昆布の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 鯖のにんにく生姜焼き がんもの含め煮 みかん	ご飯 味噌汁 大根と豚肉の甘辛煮 豆腐の胡麻あんかけ お新香	
2日 (土)	ご飯 味噌汁 赤魚の西京焼き 白菜の煮浸し 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 鶏和風煮 春雨と卵の炒め物 牛乳カン	ご飯 味噌汁 カレイの煮付け 厚揚げときのこの金平 お新香	
3日 (日)	ご飯 味噌汁 厚揚げのおろし煮 もやしと竹輪の炒め物 海苔の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ちらし寿司 お吸い物 ブリ照り焼き 菜の花とうどの辛子酢味噌和え ピーチゼリー	ご飯 味噌汁 五目野菜の炒め物 若竹煮 お新香	
4日 (月)	ご飯 味噌汁 スクランブルエッグ 白菜と薩摩揚げの煮浸し たいみそ 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 白菜と里芋の梅風味煮 ねりこみ 大根の塩昆布和え	ご飯 味噌汁 サンマと大根の煮物 ひじきの五目炒め お新香	
5日 (火)	ご飯 味噌汁 アジの塩焼き 青梗菜と油揚げの煮浸し 津軽漬 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 豚の梅生姜焼き 炊き合わせ いちごゼリー	ご飯 味噌汁 焼豆腐の四川風煮 レタスとえのきのナムル お新香	
6日 (水)	ご飯 味噌汁 絹ごし豆腐のみぞれ煮 キャベツのからし醤油 いりこみそ 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 かき玉汁 鯖の焼漬け 筍と菜の花の味噌炒め 三色和え	ご飯 味噌汁 白菜と豚肉の中華味噌炒め きのこのおろし和え お新香	
7日 (木)	ご飯 味噌汁 鮭の塩焼き 大根と油揚げの炒り煮 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 野菜たっぷりスープ お豆腐メンチカツ ブロッコリーとハムのサラダ ぶどうゼリー	ご飯 味噌汁 豆腐とえびのとろみ煮 じゃが芋と絹さやの炒め物 しば漬	

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。

平成31年3月献立予定表

日	朝の献立	昼の献立	夕の献立	
8日 (金)	ご飯 味噌汁 板麩の卵とじ 白菜の鰹節和え 昆布の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 豚とキャベツのソース炒め 大豆ときのこの煮物 カレーピクルス	ご飯 味噌汁 サーモンのマヨネーズ焼き しめじと人参の金平 お新香	
9日 (土)	ご飯 味噌汁 ホッケの塩焼き 小松菜と厚揚げの煮びたし 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 コンソメスープ 春野菜カレー シーザーサラダ フルーツヨーグルト	ご飯 味噌汁 白菜と鶏団子の炒め煮 もやしとオクラの和え物 お新香	
10日 (日)	ご飯 味噌汁 温豆腐 キャベツのピーナッツ和え 海苔の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 豚のネギ味噌炒め 切干とカリフラワーサラダ いちごゼリー	ご飯 味噌汁 サンマの蒲焼 ふきの煮物 お新香	
11日 (月)	ご飯 味噌汁 たまご焼き もやしと薩摩揚げの炒め煮 いりこみそ 牛乳(ヨーグルト)	炊き込みご飯 八杯豆腐 サバの和風カレー煮 大根の薄葛煮 りんごシロップ漬け	ご飯 味噌汁 厚揚げと茄子の炒め物 ひじきの煮物 お新香	
12日 (火)	ご飯 味噌汁 いわしの梅煮 青梗菜ときのこの辛子和え らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 鶏チャンプルー 温野菜サラダ 杏仁風デザート	ご飯 味噌汁 キャベツと鯖の炒め煮 はんぺん煮 お新香	
13日 (水)	ご飯 味噌汁 キャベツ納豆 キノコのさつと煮 たいみそ 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 春味肉じゃが 青菜とささみの梅肉和え なめこおろし	ご飯 味噌汁 えびと卵の炒め物 焼きなすのとろろ和え お新香	
14日 (木)	ご飯 味噌汁 サバの塩焼き 小松菜と舞茸の炒め物 津軽漬け 牛乳(ヨーグルト)	焼きおにぎり けんちんうどん やわらかチキン照焼き レタスとコーンのサラダ りんごゼリー	ご飯 味噌汁 薩摩揚げと野菜の味噌炒め ワカメと竹輪の和え物 お新香	

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。

平成31年3月献立予定表

日	朝の献立	昼の献立	夕の献立	
15日 (金)	ご飯 味噌汁 魚肉スクランブル もやしのわさび醤油 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 春の揚げだし豆腐 菜の花のシーザーサラダ しば漬けのおろし和え	ご飯 味噌汁 赤魚の煮付け 白菜とはんぺんの煮物 お新香	
16日 (土)	ご飯 味噌汁 メヌケ塩焼き 麩と玉ねぎの炒め物 昆布の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	パン ビーフシチュー 鶏のおかずサラダ 野菜ジュース	ご飯 味噌汁 ブりのみそ焼き 煮なます お新香	
17日 (日)	ご飯 味噌汁 ほうれん草と卵の炒め物 大根とわかめのナムル 煮豆 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 にゅうめん 小松菜とえびのとりみ炒め エノキとじゃこの酢の物	ご飯 味噌汁 中華風かに玉風 いんげんのゴマ煮 お新香	
18日 (月)	ご飯 味噌汁 ロールキャベツ 味付けメカブ らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 カツの卵とじ 長芋と大根の酢の物 りんごシロップ漬け	ご飯 味噌汁 魚の甘酢あんかけ もやしの胡麻酢和え お新香	
19日 (火)	ご飯 味噌汁 赤魚の塩焼き 青梗菜とハムの炒め物 海苔の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 鮭の味噌バターソース 菜の花と竹輪のわさびマヨ和え しば漬け	ご飯 味噌汁 おでん イカとネギの酢みそ和え とろろ芋	
20日 (水)	ご飯 味噌汁 オムレツ 厚揚げのおかかねぎのせ 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 さつま汁 キャベツとえびの塩炒め 青梗菜と竹輪の胡麻和え フルーチェ(ベリー)	ご飯 味噌汁 サバみぞれ煮 炊き合わせ お新香	
21日 (木)	ご飯 味噌汁 鮭の塩焼き ほうれん草のバター炒め らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 鱈とベーコンのトマト煮 白菜としめじの辛子醤油和え 三つ葉のなめこおろし	ご飯 味噌汁 シュウマイの野菜あんかけ いんげんと人参の白和え お新香	

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。

平成31年3月献立予定表

日	朝の献立	昼の献立	夕の献立	
22日 (金)	ご飯 味噌汁 カニカマスランブル 白菜と油揚げの煮物 たいみそ 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 きのこ鮭のカレー炒め アスパラのポテ玉サラダ 杏仁風デザート	ご飯 味噌汁 豚ともやしの炒め物 いんげんの含め煮 お新香	
23日 (土)	ご飯 味噌汁 豆腐の卵とじ 白菜と薩摩揚げの煮浸し 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 シルバーの味噌漬け焼き 切り干し大根の花卵 みかん	ご飯 味噌汁 吉野煮 かぼちゃのいとし煮 お新香	
24日 (日)	ご飯 味噌汁 鮭の塩焼き 小松菜のしょうが煮浸し 昆布の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ひじきご飯 味噌汁 鶏のおかか醤油炒め たけのこ菜の花の味噌和え さくら漬け	ご飯 味噌汁 ビーフンと卵のチャンプルー 長芋とがんもの煮物 お新香	
25日 (月)	ご飯 味噌汁 目玉焼き キャベツの煮浸し 津軽漬け 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 ワントンスープ 鮭フライ わかめとひじきの和風サラダ しば漬けのおろし和え	ご飯 味噌汁 高野豆腐と豚の炒め物 切り昆布の煮物 お新香	
26日 (火)	ご飯 味噌汁 サンマのみぞれ煮 白菜の薄葛煮 らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 豚のポン酢焼き じゃが芋とアスパラのサラダ カリフラワーの梅肉和え	ご飯 味噌汁 鮭と里芋の煮付け 焼きエリンギのおろし和え お新香	
27日 (水)	ご飯 味噌汁 ベーコンと野菜のソテー たまご豆腐 煮豆2 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 わかめの中華スープ シュウマイのかに玉あんかけ もやしの中華和え 牛乳カン	ご飯 味噌汁 サワラの梅照り焼き 大根の胡麻炒め お新香	
28日 (木)	ご飯 味噌汁 ほうれん草の炒り卵 ごま味噌ふき 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 メヌケ煮付け 切干大根の煮物 りんごシロップ漬け	ご飯 味噌汁 じゃが芋とイカの胡麻味噌煮 もやしとニラの炒め物 お新香	

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。

平成31年3月献立予定表

日	朝の献立	昼の献立	夕の献立	
29日 (金)	ご飯 味噌汁 サバの照り焼き 青梗菜のさっと煮 たいみそ 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 とんかつ 大根ときのこの煮物 ピーチゼリー	ご飯 味噌汁 卵と野菜の中華風炒め 白菜と春菊の胡麻和え お新香	
30日 (土)	ご飯 味噌汁 いんげんの卵とじ もやしと三つ葉のお浸し いりこみそ 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 具だくさん汁 鶏とさつま芋の鍋照り焼き うどの酢みそ和え ゼリー	ご飯 味噌汁 鮭のシソ味噌焼き ごぼうの当座煮 お新香	
31日 (日)	ご飯 味噌汁 赤魚の西京焼き もやしとベーコンの炒め物 らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 山菜そば フィッシュナゲット 和風大根サラダ お新香	ご飯 味噌汁 鶏のオイスターソース炒め なめこ豆腐 お新香	

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。