

	日	月	火	水	木	金	土	
朝食							1 抹茶リング ハムサラダ 牛乳	
昼食	<h1>3月のこんだて</h1>						* 郷土料理 * 岡山 米飯 デミカツ 菜の花の柚子味噌和え マンゴー缶 かき玉汁 ふりかけ	
夕食	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">常食</div>						米飯 ホキの香味蒸し ほうれん草のお浸し 味噌汁 漬物	
3時							焼きドーナツ (いちご) コーヒー	
	2	3	4	5	6	7	8	
朝食	シュガーバターコップ しろ菜の和え物 牛乳	カスタードクリームパン ポテトサラダ 牛乳	はちみつプリン ブロッコリーのドレッシング和え 牛乳	ショコラロール 小松菜のお浸し 牛乳	ホワイトミルク 大根の煮物 牛乳	シュガーバターコップ しろ菜の煮浸し 牛乳	黒糖ロール キャベツの和風サラダ 牛乳	
昼食	ハヤシライス ブロッコリーのシーザーサラダ キウイ	* ひな祭り * ひな祭り寿司 切干大根の煮付け パイン缶 赤だし	米飯 鶏肉のトマト煮 春雨のマヨネーズサラダ 白桃缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 さわらの醤油バター焼き インゲンの胡麻ドレッシング和え みかん缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 醤油ラーメン 菜の花のビナッツ和え 黄桃缶 ふりかけ	米飯 肉団子の甘酢煮 胡瓜とかかまの和え物 バナナ 味噌汁 ふりかけ	米飯 豚肉のオイスター炒め ほうれん草の和え物 パイン 味噌汁 ふりかけ	
夕食	米飯 かしの塩焼き 白菜の和え物 味噌汁 漬物	米飯 豚肉の甘辛炒め ツナじゃが 清汁 漬物	米飯 シルバーの煮つけ ほうれん草のごま和え 清汁 漬物	米飯 牛肉の柳川煮 キャベツのツナ和え 清汁 漬物	米飯 豆腐とインゲン菜の挽肉煮 カリフラワーサラダ 味噌汁 漬物	米飯 ぶりの照り焼き いんげんのごま和え 清汁 漬物	米飯 白身魚の香草パン粉焼き チンゲン菜のソテー 清汁 漬物	
3時	いちごゼリー	三色花ゼリー	レモンケーキ コーヒー	しっとりブチケーキ 紅茶	もみじまんじゅう お茶	クレープ (イチゴ) 紅茶	カスタドワッフル コーヒー	
	9	10	11	12	13	14	15	
朝食	ショコラロール 厚揚げの田舎煮 牛乳	ミルクツイスト ブロッコリーの胡麻和え 牛乳	はちみつぶんぶん スパゲティサラダ 牛乳	黒糖ミルク しろ菜の煮浸し 牛乳	レーズンドッグ カリフラワーサラダ 牛乳	ミニ抹茶ツイスト チンゲン菜の錦糸玉子和え 牛乳	ショコラロール ポテトサラダ 牛乳	
昼食	米飯 鶏肉の西京焼き 菜の花の明太ドレッシング和え オレンジ 清汁 ふりかけ	米飯 かつのゆかり焼き 冬瓜の煮物 白桃缶 清汁 ふりかけ	牛丼 かつおのドレッシング和え パイン缶 味噌汁	米飯 たらものムニエル いんげんのゆず醤油和え マンゴー缶 コンソメスープ ふりかけ	米飯 鶏肉の味噌焼き ブロッコリーの和風サラダ バナナ 味噌汁 ふりかけ	米飯 枝の竜田揚げ もやしの酢の物 黄桃缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 青椒肉絲 アスパラのソテー みかん缶 中華スープ ふりかけ	
夕食	米飯 ホキの生姜煮 春雨の酢の物 味噌汁 漬物	米飯 豚肉のしぐれ煮 スナップエンドウの卵ソテー 味噌汁 漬物	米飯 アジの有馬煮 大根の梅和え 清汁 漬物	米飯 豆腐と海老の中華炒め煮 里芋と竹輪の煮物 清汁 漬物	米飯 かしの照り煮 菜の花のごま醤油和え 清汁 漬物	米飯 揚げと茄子の味噌炒め ほうれん草の中華和え 清汁 漬物	米飯 ぶりの照焼 小松菜の和え物 味噌汁 漬物	
3時	薄皮まんじゅう お茶	ショコラブチケーキ 紅茶	マフィン 紅茶	クレープ (チョコ) コーヒー	いちごマフィン 紅茶	ピーチムース コーヒー	りんごブチケーキ 紅茶	
	16	17	18	19	20	21	22	
朝食	黒糖ロール マカロニサラダ 牛乳	ストロベリーツイスト じゃが芋の煮物 牛乳	レーズンドッグ 小松菜の柚子醤油和え 牛乳	抹茶リング かき玉汁 牛乳	はちみつプリン しろ菜の和え物 牛乳	ショコラロール ポテトサラダ 牛乳	クリームエスカルゴ かつおのドレッシング和え 牛乳	
昼食	米飯 アジの甘酢あんかけ チンゲン菜のお浸し パイン 味噌汁 ふりかけ	米飯 牛肉と揚げのみぞれ煮 ほうれん草のゆず和え キウイ 清汁 ふりかけ	米飯 シルバーの幽庵焼き 南瓜いとこ煮 みかん缶 味噌汁 ふりかけ	マーボー丼 白菜の中華サラダ パイン缶 中華スープ	米飯 白身魚の和風ムニエル いんげんの胡麻和え マンゴー缶 味噌汁 ふりかけ	青菜ご飯 たぬきそば ほうれん草のお浸し オレンジ ふりかけ	ポークカレー コールスローサラダ ヨーグルト 福神漬 らっきょ	
夕食	米飯 豚肉の香味焼き ビーフン炒め 味噌汁 漬物	米飯 お好み焼き 菜の花のかにかま和え 味噌汁 漬物	米飯 鶏肉のポテト焼き ブロッコリーサラダ 清汁 漬物	米飯 豚肉のくわ焼き 千草焼き 清汁 漬物	米飯 鶏肉のマーマレード焼き チンゲン菜のサラダ コンソメスープ	米飯 牛肉のケチャップ炒め アスパラソテー 清汁 漬物	米飯 シルバーのピカタ さつま芋サラダ 味噌汁 漬物	
3時	牛乳ケーキ コーヒー	焼きドーナツ (チョコ) 紅茶	いちごムース 紅茶	紅茶ケーキ コーヒー	鯛まんじゅう お茶	黒糖ケーキ コーヒー	カスタドワッフル コーヒー	
	23	24	25	26	27	28	29	
朝食	カスタードクリームパン インゲンとウインナーのソテー 牛乳	チョコカスター しろ菜の煮浸し 牛乳	はちみつプリン カリフラワーのサラダ 牛乳	シュガーバターコップ ブロッコリーのクリーム煮 牛乳	黒糖ロール さつま芋サラダ 牛乳	抹茶リング 小松菜の和え物 牛乳	レーズンドッグ スパゲティサラダ 牛乳	
昼食	* お誕生日会 * 赤飯 チキンカツ カリフラワーサラダ バナナ 味噌汁	米飯 かつの梅煮 ほうれん草の胡麻和え パイン 味噌汁 ふりかけ	米飯 豚の生姜焼き キャベツサラダ 白桃缶 味噌汁 ふりかけ	ゆかりご飯 きつねうどん 菜の花の明太マヨ みかん缶	米飯 鶏じゃが 白菜の酢の物 パイン缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 アジのかば焼き ひじき煮付け マンゴー缶 清汁 ふりかけ	米飯 蒸し鶏ボン酢かけ 南瓜サラダ みかん缶 味噌汁 ふりかけ	
夕食	米飯 サバの味噌煮 蓮根のきんぴら 清汁 漬物	米飯 挽肉となす炒め もやしの酢の物 清汁 漬物	米飯 サワラの山椒煮 冬瓜の煮物 清汁 漬物	米飯 枝のしそ梅肉ソース インゲンと竹輪和え 清汁 漬物	米飯 マスのちゃんちゃん焼き 里芋のそぼろ煮 清汁 漬物	米飯 エビグラタン 大根サラダ パンケーキ 漬物	米飯 ぶりの照焼 白菜の煮浸し 味噌汁 漬物	
3時	お誕生日ケーキ 紅茶	カステラ コーヒー	ソフトクレープ (バナナ) 紅茶	酒まんじゅう お茶	たい焼きクリーム 紅茶	焼きドーナツ (豆乳) コーヒー たこ焼きゆ・お茶 (Aチーム)	チョコワッフル 紅茶	
	30	31	<div style="text-align: center;"> <h2>※献立はやむを得ず変更することがあります。</h2> </div>					
朝食	カスタードクリーム キャベツの和え物 牛乳	シュガーバターコップ スナップエンドウのサラダ 牛乳						
昼食	他人丼 小松菜のくるみ和え 黄桃缶 味噌汁	米飯 筑前煮 しろ菜のわさび和え バナナ 清汁 ふりかけ						
夕食	米飯 シルバーの海苔風味あん 胡瓜の甘酢和え 清汁 漬物	米飯 たらもの柚子風味煮 チンゲン菜のソテー 味噌汁 漬物						
3時	カスタードケーキ コーヒー	チョコクレープ 紅茶						

