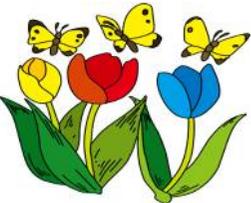


2019年(平成31年)3月分献立表

夕		3月4日	3月11日	3月18日	3月25日
月曜日		鶏肉のオープン焼き 切干大根煮つけ ブロッコリーとえびサラダ 漬物 くだもの	かれいの煮つけ ポテトサラダ 長もやしの煮1付け めかぶポン酢 いちごババロア	豚肉の生姜焼き かぼちゃの挽肉あん 青梗菜としめじの炒め物 佃煮昆布 くだもの 混ぜごはん	天ぷら 炒り豆腐 青菜の胡麻和え つけもの くだもの
火曜日		ひじきの袋煮 なすの味噌炒め ちくわともやし酢の物 つけもの 牛乳ゼリー	白身魚のからあげ ぜんまい煮つけ ほうれんそうお浸し つけもの さつまいもレモン煮	挽肉団子のトマトソース煮 温野菜と卵のサラダ わかめ酢の物 つけもの コーヒーゼリー	白身魚のピカタ 凍り豆腐とふき含め煮 お浸し つけもの 寒天黒蜜きなこかけ
水曜日		たらのフライ すき昆布煮つけ マーボー豆腐 漬物 十穀米ごはん オレンジ寒天	八宝菜 小ささかま 春菊の胡麻和え 漬け物 さつまいも甘煮	おはぎ(あんこ&ごま) さばのゆずこしょう焼き 長芋三杯酢 ふきとたけのこ煮つけ 漬け物 くだもの	大根と鶏団子の煮物 揚げ出し豆腐あんかけ 白菜の煮浸し つけもの フルーツゼリー
金曜日	3月1日	3月8日	3月15日	3月22日	3月29日
夕	さけ寿司 お煮しめ 菜の花辛し和え 浅漬け さくらもち	豚肉ときくらげ卵炒め わけぎの酢味噌和え 大根と油揚げ炒め煮 漬け物 くだもの	甘鮭塩焼き 大根のそぼろ煮 すき昆布とエノキ酢の物 漬け物 りんご寒天	鶏肉の塩麴焼 なすの味噌炒め ひじき煮つけ じゃことピーマン佃煮 くだもの	ぶりの照焼 チャプチュ わかめの酢の物 漬け物 みかん缶入り牛乳ゼリー