

2026年3月分献立表 (夕食)

	3月2日	3月9日	3月16日	3月23日	3月30日
月曜日	すき焼き風煮 マカロニサラダ ほうれん草と人参お浸し つぼ漬け リンゴジュース寒天	シシャモ南蛮漬け さつま揚げと切り昆布煮物 ビーンズサラダ らっきょう オレンジジュース寒天	豚肉生姜焼き 筑前煮 キャベツとしその辛子和え 昆布佃煮 ヨーグルト寒天	豚肉と野菜の生姜みぞれあ きんぴらごぼう わかめと笹かまの酢の物 かぶの浅づけ 紅茶寒天	ひじき袋煮 チャプチェ コールスローサラダ 高菜漬け バナナ
火曜日	3月3日 雛まつり行事食 松風焼き つぼみ菜の辛子和え 抹茶寒天 手作り桜餅 昆布佃煮 ちらし寿司	3月10日 ぶりの味噌漬け焼き 大根とつぼみ菜和え物 かぼちゃ含め煮 柴漬け ぶどうジュース寒天	3月17日 和風ハンバーグ とろり里芋サラダ ブロッコリーとエビの酢味噌 桜大根 コーヒー寒天	3月24日 白菜と鶏肉クリーム煮 ぜんまい煮つけ インゲン生姜和え 昆布佃煮 オレンジ	3月31日 かれいとごぼうの山椒煮 豚肉とさつま芋のピリ辛炒め ブロッコリーお浸し 柴漬け コーヒー寒天
水曜日	3月4日 鮭の味噌マヨ焼き しめじと油麩の卵とじ レーズン人参サラダ つぼ漬け ヨーグルト寒天	3月11日 茄子のはさみ揚げ 炒り豆腐 ささみと胡瓜の和え物 白菜漬け キャロットジュース寒天	3月18日 行事食 赤魚の柚子胡椒焼き レンコン肉炒め がんとふきの煮物 柴漬け バナナ おはぎ(あんこ・きな粉)	3月25日 白身魚の天ぷら 大根そぼろあん 長もやし煮つけ らっきょう キャロットジュース寒天	
金曜日	3月6日 豚肉のバジルソース焼き 切干大根煮つけ 小松菜とカニかまお浸し たくあん リンゴ	3月13日 あじの一夜干し焼き 肉じゃが インゲンきな粉和え 柴漬け みたらし団子	3月20日 (祝日) ほっと亭休み 	3月27日 鶏肉トマト煮 味噌風味白和え ほうれん草の胡麻和え 相馬漬け 牛乳寒天	

交通事情や天候状況により、配達が遅くなる場合もございます。ご了承ください。

高年齢者配食サービス「ほっと亭」

☎ 308の5030

材料等の調達が出来なかつた場合などメニューの一部かわることをご了承ください。お弁当は早めに食べてください。すぐに食べないときは、冷蔵庫に保管ください。