



| | | 3月6日(金) | 3月7日(土) | 3月8日(日) | 3月9日(月) | 3月10日(火) | 3月11日(水) | 3月12日(木) | 3月13日(金) | 3月14日(土) | 3月15日(日) |
|-----|------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 昼 | 主菜 | 鶏の竜田揚げ | 鯖塩焼き | キーマカレー | 柚子おろし煮魚 | 揚げ魚のケチャップソース | 天津飯 | 鯖の竜田揚げ | 鶏肉胡麻 みそかけ | スペイン 風オムレツ | 煮込みハンバーグ |
| | 副菜 | 豆腐の胡麻あんかけ | キャベツ とささ身の酢の物 | マセドアンサラダ | ほうれん草酢味噌和え | 南瓜 サラダ | 麻婆茄子 | 酢の物 | 春雨の和え物 | ポイルサラダ | マカロニサラダ |
| | 小鉢 | アップルゼリー | 里芋の煮物 | カルピスゼリー | 黄桃缶 | ブロッコリー かか和え | バナナコッタ | おからカレー煮 | さつま芋レモン煮 | 抹茶ゼリー 小豆添え | 大豆 ハムの炒り煮 |
| | 汁物 | 味噌汁 | 清まし汁 | | けんちん汁 | 味噌汁 | 中華スープ | かき卵汁 | けんちん汁 | コンソメスープ | 味噌汁 |
| | 漬物 | 刻み高菜漬け | 昆布佃煮 | 福神漬け | ピーマン 漬け | 刻みしば 漬け | 紅生姜 | 刻みしば 漬け | 刻み高菜漬け | ピーマン 漬け | ピーマン 漬け |
| おやつ | 普通 | 鯛饅頭 | ミニエクレア | 柚子まんじゅう | ミルク饅頭 | やわらかおかし | きんつば | 豆乳 プラマンジェ | しっとり饅頭 | マロンクリームワッフル | やわらかおかし |
| | ペースト | 黒ゴマプリン | 夏みかんゼリー | パナムース | ヨーグルト | マンゴープリン | 豆乳プリン | 豆乳 プラマンジェ | プリン | イチゴムース | きな粉プリン |
| 摂取 | カロリー 塩分 | 615Kal、塩分 3.0g | 457Kal、塩分 2.8g | 635Kal、塩分 2.8g | 415Kal、塩分 3.1g | 566Kal、塩分 3.5g | 633Kal、塩分 3.4g | 616Kal、塩分 2.6g | 556Kal、塩分 3.6g | 613Kal、塩分 3.4g | 622Kal、塩分 4.3g |



| | | 3月16日(月) | 3月17日(火) | 3月18日(水) | 3月19日(木) | 3月20日(金) | 3月21日(土) | 3月22日(日) | 3月23日(月) | 3月24日(火) | 3月25日(水) |
|-----|------------|-----------------|----------------|----------------|----------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 昼 | 主菜 | 衣笠丼 | 鯖のみそ煮 | ハヤシライス | チンジャオロース | 桜色炊き込みご飯 | 魚のムニエルタトゥイユソース | お豆腐ハンバーグ | 中華丼 | 揚げ魚おろし煮 | トンカツ |
| | 副菜 | 蒸し肉シューマイ | 五目和え物 | スパゲティサラダ | 春雨 サラダ | 鯖の竜田揚げ | 市松煮 | ほうれん草辛子和え | 春雨の酢の物 | 大豆と白菜 サラダ | 桜エビ旨煮 |
| | 小鉢 | 苺プラマンジェ | さつま芋リンゴの甘煮 | ヨーグルト 和え | じゃが芋たらこ和え | マヨネーズ 和え | キャベツ ささみ 香和え | さつま芋レモン煮 | 杏仁豆腐 | 蜜柑ゼリー | ほうれん草磯和え |
| | 汁物 | 赤だし | そうめん汁 | 福神漬け | 味噌汁 | 清まし汁 | 味噌汁 | コンソメスープ | 大根おろし中華スープ | 清まし汁 | 赤だし |
| | 漬物 | 刻みしば 漬け | しその実漬け | | 刻み高菜漬け | 揚げ茄子の煮浸し | ピーマン 漬け | 刻みしば 漬け | 紅生姜 | ピーマン 漬け | 昆布佃煮 |
| おやつ | 普通 | アップルゼリー | 田舎饅頭 | クリームコンフェ | 黒糖まんじゅう | 抹茶プリン | ショコラブッセ | よもぎ饅頭 | スイートポテト | どら焼き | コーヒーゼリー |
| | ペースト | アップルゼリー | 豆乳プラマンジェ | マンゴープリン | 豆乳プラマンジェ | 抹茶プリン | ヨーグルト | 黒ゴマプリン | マンゴープリン | 水ようかん | コーヒーゼリー |
| 摂取 | カロリー 塩分 | 6641Kal、塩分 4.6g | 526Kal、塩分 2.8g | 629Kal、塩分 3.1g | 581Kal、塩分 3.6g | 648Kal、塩分 3.0 | 548Kal、塩分 3.2g | 567Kal、塩分 3.3g | 535Kal、塩分 3.9g | 651Kal、塩分 2.4g | 600Kal、塩分 3.8g |



* 献立は変更になる場合があります。ご了承ください。

