



3月

食事メニュー表

		3月22日(月)	3月23日(火)	3月24日(水)	3月25日(木)	3月26日(金)	3月27日(土)	3月28日(日)
朝	A	ミ抹茶Toast コンソメスープ煮(ハム)2 果物缶(みかん) 牛乳200	米飯 大根の煮物 鰯の生姜煮(2尾) みそ汁(タマキ・イモ) 果物(バナナ)	カスタードクリームパン(85) 野菜サラダ 添・和風ドレッシングパック コンソメスープ(玉葱) 果物缶(白桃)	米飯 ミストローネ(ハム) 切干煮 軟 みそ汁(白菜・柿) 果物缶(黄桃)	そぼろパン キャベツ味噌味噌 果物(マンゴー) 牛乳200	米飯 和え物(ブロッコリ)朝 だし巻き1/6 みそ汁(ネギ・ワカメ) 果物缶(みかん)	そぼろパン オムレツ 添・和風ドレッシングパック コーンポタージュスープ 果物缶(リンゴ)
昼	A	米飯 白身魚トマトソース60 八宝菜(卵) りんごゼリー② 清汁(かまぼこ)	米飯 牛肉の味噌煮 揚げチカラ② みかんゼリー(ミカン缶) 中華スープ(白菜)	米飯 卸し揚煮魚(三度)90 キャベツの炒り煮1/2 胡瓜の酢の物 みそ汁(じゃがタマキ)	米飯 煮込みハンバーグ ポテトサラダ1/2 高野の煮付け かき卵汁(切麩)	米飯 衣笠丼 蒸肉シューマイ(2ヶ付) 添しょうゆパック 桃ミックス 赤だし(板ふ・葱)	米飯 鯖の味噌付け焼 炊き合せ(南瓜)1/2 柿の葉寿司和え(卵) 清汁(とろろ・ねぎ)	米飯 ビーフシチュー⑤ 卵ポテトサラダ③1/2 添・マヨネーズパック(10) カルピスゼリー(70)
夕	A	米飯 豚肉生姜焼60(三度) 中華和え物1/2 南瓜の煮付 ビーマン漬	米飯 魚の塩麹焼き 筑前煮(厚揚げ) サミとブロッコリー和え物 刻みしば漬け	米飯 鶏肉のチーズ焼90 大根サラダ(キンシ)1/2 ササントレッシング15g 若竹煮 ビーマン漬	米飯 白身魚/香味ソース 豆腐のうま煮1/2 ほうれん草のお浸し2 ビーマン漬	米飯 白身魚カレー粉揚げ60 添・減塩ソースパック パンパンジー 切干大根干切煮 みじん鰹たくあん	米飯 豚肉トマトソースがけ 豆腐サラダ1/2 添・コマ醤油ドレッシング 里芋のゆず煮 ビーマン漬	米飯 鯖の煮付60 野菜炒め⑦1/2 胡瓜とササミ肉和え 昆布佃煮

介護付有料老人ホーム

あいらの杜 宇治五ヶ庄