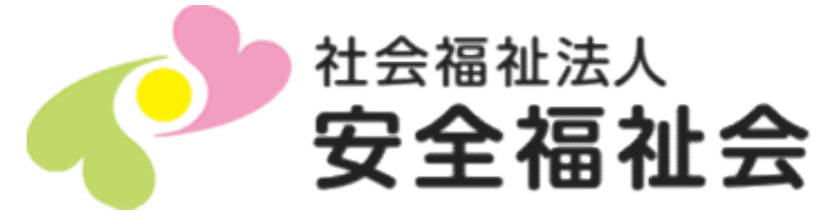




令和7年3月 献立表



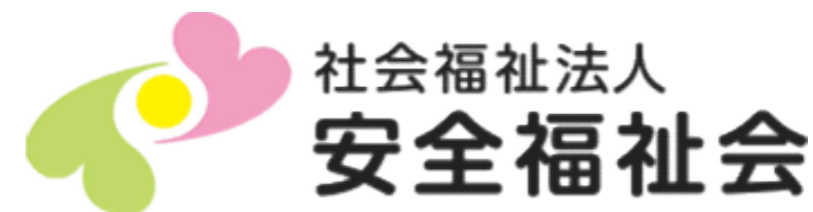
	1	2	3	4	5	6	7
	土	日	月	火	水	木	金
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 厚揚げ煮 牛乳 のり佃煮	カルシウムご飯 味噌汁 ひじきのツナ煮 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 ピーマンソテー 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 卵の花 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 かぼちやの含め煮 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 しいたけ煮 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 ほうれん草ソテー 牛乳 青かつぱ
昼食	ご飯 豚肉の塩だれ炒め いんげんのゴマ和え さつま芋の甘煮 オレンジ	ご飯 メンチカツ もやしサラダ 人参の卵炒め パイナップル	ひなちらし寿司 吸い物 菜の花の白和え 炊き合わせ ひな祭りゼリー	ご飯 魚(シイラ)のマヨネーズ焼き カリフラワーのゆかり和え なすの甘辛炒め りんご	牛すき丼 かきたま汁 青梗菜のわさび和え 黄桃缶	わかめご飯 味噌ラーメン カニしゅうまい マンゴープリン	ご飯 鮭のタルタルソースかけ ミネストローネ 大根サラダ キウイヨーグルト ②ロールパンサンド
3時	カステラ		桜もち	カルピスゼリー	ヨーグルトケーキ	マドレーヌ	やわらかおかき
夕食	ご飯 スペイン風オムレツ 小松菜サラダ 切干大根煮 白桃缶	ご飯 めばるの煮つけ アスパラのクルミ和え きのこの金平風 バナナ	ご飯 鶏のバジル焼き レタスとトマトのドレッシング和え かぶのクリーム煮 キウイ	ご飯 厚揚げと野菜の生姜炒め きゅうりナムル 里芋煮 みかん缶	ご飯 カレーの卸ポン酢かけ いんげんの昆布和え はんぺんの磯焼き バナナ	ご飯 鶏のマーマレード焼き さつま芋のピーナッツ和え 玉ねぎのしぐれ煮 オレンジ	ご飯 八宝菜 アスパラの梅和え 金平ごぼう 白桃缶



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和7年3月 献立表



	8	9	10	11	12	13【昼食選択日】	14
	土	日	月	火	水	木	金
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 あげ天煮 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 温泉卵 牛乳 温泉卵	カルシウムご飯 味噌汁 金時豆の甘煮 牛乳 のり佃煮	カルシウムご飯 味噌汁 里芋のそぼろ煮 牛乳 たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 がんもの含め煮 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 玉ねぎの卵炒め 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 もやしのツナ煮 牛乳 野沢菜漬け
昼食	ご飯 鶏団子の煮つけ ふきのおかか和え キャベツソテー みかん缶	ひじきご飯 揚げ豆腐の野菜あんかけ きのこのポン酢和え ピーマンと竹輪煮 バナナ	ご飯 ぶり大根 小松菜のぬた和え かぼちゃソテー パイン缶	ご飯 五目卵焼き 白菜の中華和え 高野豆腐煮 キウイ	ポークカレー いんげんのナッツサラダ カニクリームコロッケ 福神漬け フルーツポンチ	ご飯 サバの照り焼き カリフラワーのマヨネーズ和え さつま芋のレモン煮 バナナ ②からあげ	パン 和風スパゲティ コンソメスープ アスパラと厚揚げのサラダ デザートムース(いちご)
3時	ほうじ茶プリン		ココアブラウニー	ロールケーキ	抹茶ようかん	シュークリーム	みたらし団子
夕食	ご飯 太刀魚の幽庵焼き 春菊のとろろがけ もやしの中華炒め りんご	ご飯 牛肉とじゃが芋のトマト煮 海藻サラダ ブロッコリーのベーコン炒め 黄桃缶	ご飯 えびハンバーグ スパゲティサラダ なす煮 オレンジ	ご飯 鯖のおきな煮 もずくの酢の物 舞茸の醤油炒め 白桃缶	ご飯 蒸し鶏 菜の花の辛子和え キャベツのコンソメ煮 りんご	ご飯 麻婆豆腐 かぶマリネ セロリの金平風 黄桃缶	ご飯 赤魚の塩焼き かぼちゃのクルミ和え 青梗菜の煮浸し オレンジ

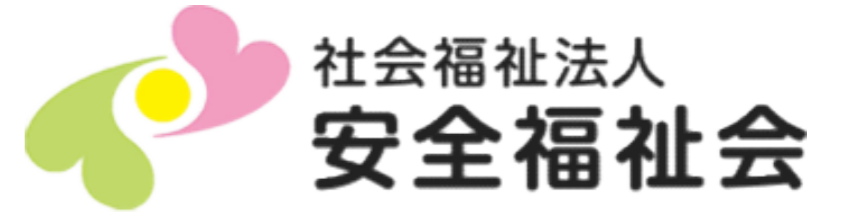


※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和7年3月 献立表



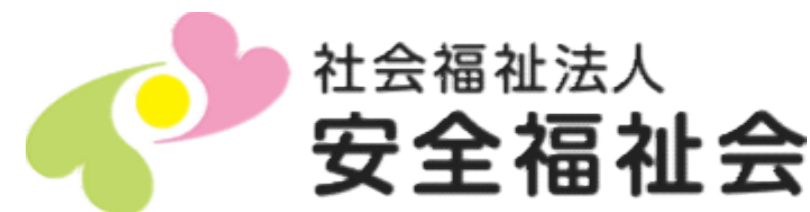
	15	16	17	18	19	20	21
	土	日	月	火	水	木	金
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 五目大豆煮 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 人参金平 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 大根のべっこう煮 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 さつま芋のオレンジ煮 牛乳 青かつぱ	カルシウムご飯 味噌汁 アスパラとコーンの炒め物 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 スクランブルエッグ 牛乳 Caふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 いんげんのバター醤油炒め 牛乳 たくあん漬け
昼食	鮭チャーハン 汁ビーフン ピーマンの中華和え きのこのしぐれ煮 パイン缶	ご飯 鱈のとろろ蒸し ほうれん草の磯和え なすと竹輪炒め りんご	ご飯 菜の花コロッケ トマトとわかめのサラダ ひじきの炒り煮 白桃缶	オムライス 野菜スープ グリーンサラダ 杏仁豆腐 ②天津飯	ご飯 めばるの生姜あんかけ 里芋の和風サラダ キャベツの中華炒め キウイ	ご飯 鶏肉の柚子こしょう焼き 春菊の白和え きのこのツナ煮 パイン缶	ご飯 肉じゃが なすのわさび和え セロリソテー オレンジ
3時	ホットケーキ		ワッフル	あんまん	パンプティング	ぼたもち	フルーツゼリー
夕食	ご飯 酢豚 いんげんのタラコ和え はんぺん煮 キウイ	ご飯 焼肉炒め ブロッコリーのミモザサラダ ふきの青煮 みかん缶	ご飯 魚(ホキ)の利休焼き きゅうりの酢の物 白菜とあげ天煮 バナナ	ご飯 厚揚げのオイスターソース炒め 小松菜のなめたけ和え 蒸ししゅうまい オレンジ	ご飯 豚肉のみそ漬け焼き パプリカのドレッシング和え 糸切昆布煮 黄桃缶	ご飯 カレーの梅煮 もやしの黒ゴマ和え かぼちゃのベーコン炒め りんご	ご飯 エビマヨ レタスのレモン和え 切干大根の洋風煮 白桃缶



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和7年3月 献立表



	22	23	24	25	26	27	28【昼食選択日】
	土	日	月	火	水	木	金
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 カリフラワーのコンソメ煮 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 かぶの薄くず煮 牛乳 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 高野豆腐煮 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 なすソテー 牛乳 青かつぱ	カルシウムご飯 味噌汁 はんぺん煮 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 魚肉ソーセージソテー 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 麩の卵とじ 牛乳 のり佃煮
昼食	いなり寿司 なめこそば 白菜のおかか和え バナナ	ご飯 豚肉のニラ玉炒め めかぶの酢の物 厚揚げ煮 黄桃缶	ご飯 太刀魚の甘酢あんかけ 青梗菜のゴマ和え 白花豆の甘煮 パイン缶	サンドイッチ クラムチャウダー 豆腐サラダ ピーチゼリー	ご飯 牛肉のしぐれ煮 もやしの昆布和え ピーマンの中華炒め 白桃缶	赤飯 天ぷら 茶わん蒸し キャベツの湯葉和え がんもの含め煮 キウイ、チェリー缶	ご飯 ①鱈の西京焼き ②煮込みハンバーグ かぶの梅和え ほうれん草ソテー オレンジ
3時	お好み焼き		よもぎまんじゅう	クレープ	スイートポテト	ババロア	蒸しパン
夕食	ご飯 鮭のチーズ焼き ピーマンサラダ 玉ねぎと桜エビの塩炒め みかん缶	シーフードカレー マカロニサラダ 福神漬け フルーツヨーグルト	ご飯 肉団子とふきの煮つけ アスパラのゆかり和え さつま芋金平 キウイ	ご飯 鶏肉のとろろがけ きのこの中華和え いんげんの生姜炒め りんご	ご飯 魚(シイラ)のムニエル 菜の花の海苔和え 里芋煮 バナナ	ご飯 豚肉のマヨポン酢炒め 人参のクルミ和え ひじきの炒り煮 パイン缶	ご飯 豆腐の中華風煮 ブロッコリーのドレッシング和え 舞茸の甘辛炒め 黄桃缶

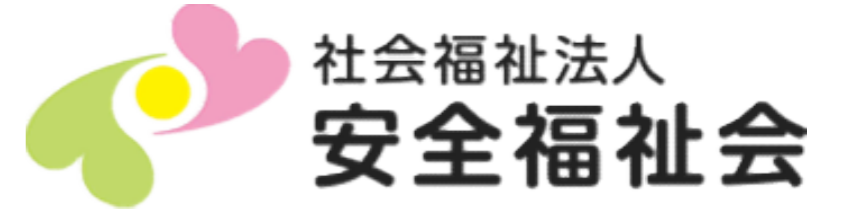


※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。

※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和7年3月 献立表



	29	30	31				
	土	日	月				
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 干びょう煮 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 炒り豆腐 牛乳 Feふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 さつま芋の甘煮 牛乳 ゆずみそ				
昼食	ご飯 鶏肉のピカタ トマトときゅうりのサラダ あげ天煮 デザートムース(バナナ)	ご飯 とんかつのおろし煮 アスパラのマスタード和え もやしの塩炒め みかん缶	シラスとしその混ぜご飯 焼きうどん 春菊のゴマ酢和え 白桃缶				
3時	桜の浮き島		ドームケーキ				
夕食	筍ご飯 サバのゴマ塩焼き 小松菜のお浸し かぼちゃの含め煮 りんご	ご飯 巣ごもり卵 ポテトサラダ ピーマンソテー キウイ	ご飯 鱈の道明寺蒸し なすの辛子和え 五目金平 オレンジ				



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
 ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。