

令和5年3月 献立表

	2月26日(日)	2月27日(月)	2月28日(火)	3月1日(水)	3月2日(木)	3月3日(金)	3月4日(土)
朝食	はちみつパン	白粥	食パン	白粥	バターロール 	白粥	白粥
	コーンサラダ	漬物	ジャム	ごま昆布佃煮	ジャム	漬物	漬物
	牛乳	水菜の炒め煮	アスパラのツナ炒め	かぼちゃ煮 	フレンチサラダ	ほうれん草の炒め物	冬瓜の煮物
	果物 	果物	牛乳	果物	牛乳	果物	果物
		味噌汁	ヨーグルト 	味噌汁	果物	味噌汁	味噌汁
	431Kcal 0.8g	349Kcal 2.0g	520Kcal 1.7g	363Kcal 2.2g	457Kcal 1.1g	360Kcal 2.0g	333Kcal 2.5g
昼食	おにぎり	御飯	御飯	赤飯	おにぎり	<ひな祭>	ソースカツ丼
	たぬきそば	さんまの蒲焼き	鶏肉のねぎ焼き	牛肉の柳川風	かやくうどん	さくら寿司	えび団子煮
	豚の角煮	添え(ししとう)	添え(ボイル野菜)	いんげんのたらこ炒め	卵の花	枝豆がんも煮	カリフラワーの甘酢和え
	柚子もずく酢 	なすの味噌煮	白花豆煮	春菊の和え物	果物	清汁 	味噌汁 
		しろ菜の和え物	キャベツのあっさり和え	味噌汁 		果物	
	597Kcal 3.7g	597Kcal 2.9g	603Kcal 2.3g	636Kcal 3.1g	501Kcal 2.9g	544Kcal 3.7g	680Kcal 3.6g
夕食	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯
	牛肉といんげんの和風炒め	豚キムチ	豆腐の田楽	豚肉とさつま芋の中華炒め	鱈のムニエル	つくね豆腐の照り焼き	牛肉のおろし煮
	白菜の煮浸し	蒸しニラ饅頭	チンゲン菜ソテー	ひじき煮	添え(ボイルキャベツ)	添え(オクラ)	高野煮
	ピーマンのおかか和え	海藻サラダ	白菜のかか和え	アスパラのドレ和え	カリフラワー炒め	なすの煮浸し	大根菜の和え物
	味噌汁	中華スープ 	清汁	味噌汁 	イタリアンサラダ	小松菜のお浸し	味噌汁 
	603Kcal 3.1g	591Kcal 3.1g	505Kcal 2.7g	583Kcal 3.5g	614Kcal 3.0g	671Kcal 2.8g	631Kcal 3.1g
総合計	1631Kcal 7.6g	1537Kcal 8.0g	1628Kcal 6.7g	1582Kcal 8.8g	1572Kcal 7.0g	1575Kcal 8.5g	1644Kcal 9.2g

※食材の仕入れ状況により、献立を変更する場合がございます。