

令和4年3月 献立表

介護老人保健施設しらすぎ苑

		3月1日(火)	3月2日(水)	★3月3日(木)	3月4日(金)	3月5日(土)		
朝食	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">★行事食★</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">◆食の記念日◆</div> </div> 3日 ひなまつり 21日 春分の日	パン ポークビーンズ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 べったら漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 たくあん	パン キャベツの煮物 バナナ 牛乳		
昼食		赤飯 スズキの塩焼き 吸物 せりのポン酢和え 甘酒	御飯 肉じゃが 吸物 酢の物	ちらし寿司 吸物 菜の花の辛子和え 桜餅	御飯 カニ入りふくさ焼き 鶏肉と根菜の味噌汁 白菜のツナポン酢和え	キーマカレー レタスとのりのサラダ フルーツ杏仁 福神漬		
間		どら焼き	パンケーキ	ラブレ	焼きドーナツ	パンケーキ		
夕食		御飯 鶏チリ スープ バンサンソー	御飯 ホキのバター醤油焼き 野菜スープ さつまいもとりんごの甘煮	御飯 鶏挽肉の味噌つくね焼き もずくスープ 和風ポテトサラダ	御飯 豚肉と大根の煮物 吸物 ほうれん草のおかか和え	御飯 煮魚 とろろ汁 大根の塩昆布和え		
		3月6日(日)	◆3月7日(月)	◆3月8日(火)	◆3月9日(水)	3月10日(木)	3月11日(金)	3月12日(土)
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン バイドエッグ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 べったら漬	御飯 味噌汁(白菜) しらたきのツナ金平 青しそ高菜	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン スクランブルエッグ バナナ 牛乳	
昼食	御飯 鶏肉と野菜のタレ炒め 味噌汁 呉豆腐	御飯 メンチカツ レタススープ サラダ	御飯 サバの煮付 吸物 わけぎのぬた和え	十六穀ごはん 鮭のレモン塩焼き 吸物 白和え	サンドイッチ ビーフシチュー サラダ ヨーグルト	御飯 ホキのマスタードマヨ焼き コーンスープ サラダ	御飯 麻婆豆腐 スープ ナムル	
間	ショア	バームクーヘン	南瓜饅頭	野菜生活	ストロベリータルト	とと焼き	ラブレ	
夕食	御飯 カレーの昆布茶焼き 吸物 里芋のそぼろ煮	御飯 太刀魚の甘酢あんかけ 中華スープ 山芋とオクラの梅和え	御飯 焼き豆腐の五目あんかけ 味噌汁 キャベツのツナサラダ	御飯 鶏の甘酢照り煮 吸物 マカロニサラダ	御飯 赤魚のおろし煮 味噌汁 和風ビーフン	御飯 あぶたま煮 スープ 野菜炒め	御飯 本鱈のポン酢焼き 味噌汁 白菜の煮浸し	
		3月13日(日)	3月14日(月)	3月15日(火)	3月16日(水)	3月17日(木)	3月18日(金)	3月19日(土)
朝食	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋の鳴門煮 ふりかけ	パン 南瓜のサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 べったら漬	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 青しそ高菜	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮	パン じゃが芋のコンソメ煮 バナナ 牛乳	
昼食	御飯 煮魚 吸物 小松菜ののり和え	御飯 塩サバ 吸物 五目金平	照り焼きチキン丼 吸物 かくや和え ラブミープラス	焼きそば スープ トマトサラダ デザート	御飯 カレーのムニエル スープ キャベツとりんごのサラダ	御飯 和風おろしハンバーグ かぼちゃスープ タラモサラダ	御飯 ホッケのみりん焼き 豚汁 刺身こんにゃくの辛子和え	
間	丸ボーロ	もみじ饅頭	黒棒	原宿ドッグ	スイートポテト	ラブレ	ワッフル	
夕食	御飯 ポークチャップ たまごのコンソメスープ サラダ	ビーフカレー サラダ フルーチェ 福神漬	麦ごはん 赤魚のねぎ醤油焼き 豆乳味噌汁 とろろ	御飯 太刀魚の梅干煮 吸物 人参のソテー	御飯 おでん 味噌汁 浅漬	御飯 煮魚 吸物 もずく酢	御飯 豚肉と大豆のトマト煮 コンソメスープ 甘夏サラダ	
		3月20日(日)	★3月21日(月)	3月22日(火)	3月23日(水)	3月24日(木)	3月25日(金)	3月26日(土)
朝食	御飯 味噌汁 小松菜の煮浸し 梅干し	御飯 味噌汁 三目大豆 ふりかけ	パン マカロニサラダ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 がんもの煮物 べったら漬	御飯 味噌汁 しらたきのツナ金平 青しそ高菜	御飯 味噌汁 麩の煮物 たくあん	パン 肉団子と白菜の煮物 バナナ 牛乳	
昼食	御飯 鶏肉とさつま芋の甘辛煮 吸物 ごま豆腐	おはぎ あさりの吸物 厚揚げの旨煮 漬物	御飯 五目柳川風 吸物 カリフラワーの酢味噌和え	たけのこ御飯 サバのおろし煮 茶碗蒸し なます	御飯 豚肉と厚揚げの味噌炒め 吸物 卵豆腐のあおさあんかけ	御飯 手作りがんもどき 吸物 深山和え	御飯 太刀魚の味噌煮 吸物 スナッPEndウの炒め物	
間	ミルミル	丸ボーロ	カスタードケーキ	ラブレ	カエデの実	バームクーヘン	野菜生活	
夕食	御飯 スズキのポン酢焼き 吸物 大根のそぼろ煮	御飯 鮭の石狩風煮 吸物 だし巻き卵	御飯 エビチリ春雨 スープ 餃子	御飯 鶏の青しそ炒め さつま芋のポターージュ オクラのサラダ	御飯 ホッケの南部焼き 味噌汁 春雨キャベツ	御飯 カレーののりパン粉焼き スープ マカロニサラダ	御飯 里芋のパン粉焼き 味噌汁 糸こんの卵とじ	
		3月27日(日)	3月28日(月)	3月29日(火)	3月30日(水)	3月31日(木)		
朝食	御飯 味噌汁 高野豆腐の煮物 奈良漬	御飯 味噌汁 里芋の鳴門煮 ふりかけ	パン ポークビーンズ バナナ 牛乳	御飯 味噌汁 ぜんまいの炒め煮 べったら漬	御飯 味噌汁 納豆 のり佃煮			
昼食	御飯 豚かぼちゃ 吸物 オクラのとろろ和え	フレンチトースト クリームシチュー 大根サラダ デザート	生姜ごはん 煮魚 吸物 さつまいもサラダ	えびとトマトのカレー サラダ オレンジ らっきょう	御飯 鮭の豆乳きのこあんかけ 吸物 ごま和え			
間	プリンタルト	シュークリーム	もみじ饅頭	ラブレ	カスタードケーキ			
夕食	御飯 ホキの塩麹焼き みぞれ汁 煮豆	御飯 赤魚の梅醤油焼き 味噌汁 おからサラダ	御飯 牛肉のタレ炒め スープ 呉豆腐	御飯 ホキのとろろ焼き 吸物 切干大根サラダ	御飯 豚ロールの野菜巻き 味噌汁 南瓜サラダ			