

令和 5 年 3 月 献立表

デイサービスセンター美鈴ヶ丘

日	月	火	水	木	金	土
			3月1日(水)	3月2日(木)	3月3日(金)	3月4日(土)
			休館日	御飯 油淋鶏(ユーリンチー) 吸物 高野豆腐のくず煮 白菜の酢の物	ちらし寿司 そうめん汁 煮合わせ 菜の花の辛子和え はちみつレモンゼリー	御飯 アジのみりん漬け焼き 呉汁 白菜のとろみ炒め ブロッコリーサラダ
3月5日(日)	3月6日(月)	3月7日(火)	3月8日(水)	3月9日(木)	3月10日(金)	3月11日(土)
休館日	御飯 鯖の煮付 吸物 小松菜の中華風炒め 春雨の酢物	御飯 春野菜のかき揚げ 吸物 大根と竹輪の煮付 ピリ辛ナムル	休館日	雑穀御飯(雑穀の日) 太刀魚のおろし煮 吸物 豚キムチ スパサラダ	野菜ポークカレー(非常食飯) 切干大根のコンソメ炒め シーザーサラダ フルーチェ らっきょう漬け	御飯 白身魚のトマトソースかけ コンソメスープ 鶏肉とごぼう煮 ゆず和え
3月12日(日)	3月13日(月)	3月14日(火)	3月15日(水)	3月16日(木)	3月17日(金)	3月18日(土)
休館日	御飯 魚の黄金焼き 吸物 金平ごぼう <small>ほうれん草チーズ風味ごま和え</small>	いなり寿司 吸物 けんちん煮 白菜の梅茸和え <small>はちみつレモンゼリー</small>	休館日	御飯 白身魚の磯香フライ 吸物 豚肉と糸こんにゃくの煮物 小松菜の和え物	御飯 和風おろしハンバーグ 吸物 じゃが芋の煮物 ゆかり和え	御飯 鱈の甘酢あんかけ 吸物 南瓜煮 辛子和え
3月19日(日)	3月20日(月)	3月21日(火)	3月22日(水)	3月23日(木)	3月24日(金)	3月25日(土)
休館日	御飯 麻婆豆腐 わかめスープ ジャーマンポテト ザーサイ和え	御飯 タラの彩りあんかけ 吸物 つわぶきの煮物 春菊のお浸し	休館日	御飯 豚肉の赤味噌炒め 吸物 大根のカニくず煮 カリフラワーのおかか和え	御飯 太刀魚のバター醤油焼き 吸物 里芋のごまみそ煮 深山和え	赤飯 天ぷらの盛り合わせ 茶碗蒸し なます ケーキ
3月26日(日)	3月27日(月)	3月28日(火)	3月29日(水)	3月30日(木)	3月31日(金)	
休館日	御飯 カレイのタルタル焼き 吸物 ひじきと切干大根煮 レモン和え	御飯 かに玉風 中華スープ いとこ煮 ブロッコリーとえびのサラダ	休館日	御飯 豚肉とじゃが芋の旨煮 吸物 春菊の甘辛炒め かくや和え	御飯 白すり身の五目揚げ 吸物 豚肉とほうれん草炒め ゴマボン酢和え	

旬 の 食 材

さわら、春菊、菜の花、ブロッコリー、カリフラワー