



令和4年 3月 献立予定表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
 1日 ご 飯 豚肉のネギ塩炒め 切干大根の煮物 梅おかか和え 味噌汁	2日 ご 飯 イワシのかば焼き じゃが芋のスープ煮 胡麻和え 味噌汁	3日 散らし寿司 味噌田楽 わさび和え ももゼリー うしお汁	4日 ご 飯 メンチカツ 若竹煮 酢味噌和え コンソメスープ	5日 ご 飯 マカロニグラタン ふきのしぐれ煮 タルタルサラダ 味噌汁	
7日 ご 飯 ひりょうず さつま芋の昆布煮 甘酢和え かき玉汁	8日 ご 飯 魚の煮付け 人参シリシリ 海藻サラダ 味噌汁	9日 あんかけ丼 ふろふき大根 中華和え 漬け物 澄まし汁	10日 ご 飯 炒り卵のあんかけ 冬瓜の中華煮 フルーツ きつねうどん	11日 ご 飯 牛肉の柳川風 野菜炒め もずく酢 味噌汁	12日 ご 飯 イワシのかば焼き じゃが芋のスープ煮 胡麻和え 味噌汁
14日 ご 飯 葱ト口 里芋と豚肉の煮物 和風サラダ 味噌汁	15日 中華おこわ 高野豆腐のオランダ煮 胡麻酢和え フルーツ 茶碗蒸し	16日 ご 飯 豚肉のネギ塩炒め 切干大根の煮物 梅おかか和え 味噌汁	17日 ご 飯 更紗玉子 ごぼうの甘辛煮 ツナマヨサラダ 味噌汁	18日 ご 飯 甘酢肉団子 大根とあげの煮物 フルーツ 味噌ラーメン	19日 ご 飯 鶏肉の酒粕煮 茄子の田舎煮 お浸し 味噌汁
21日 三色おはぎ 湯豆腐 梅おかか和え 漬け物 赤だし	22日 ご 飯 麻婆豆腐 南瓜のいとこ煮 辛子和え 春雨スープ	23日 ご 飯 鯖のカレー煮 ひじきと大豆の煮物 おかか和え 味噌汁	24日 ご 飯 メンチカツ 若竹煮 酢味噌和え コンソメスープ	25日 ご 飯 マカロニグラタン ふきのしぐれ煮 タルタルサラダ 味噌汁	26日 ぜんまいご飯 厚揚げの煮浸し 塩昆布和え フルーツ さつま汁
28日 ご 飯 大根と豚肉の煮物 ツナ和え のり佃煮 シチュー	29日 ご 飯 鯖の葱ポン焼き 里芋のあんかけ 味噌汁	30日 チキンライス ミートボール ポテトサラダ フルーツ わかめスープ	31日 ご 飯 豆腐の中華煮 おろし和え フルーツ とり南蛮うどん		

※ 行事・材料の都合により献立を変更することがあります