



令和3年3月 献立予定表



※ 行事・材料の都合により献立を変更することがあります

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1日 ご 飯 鯖の味噌煮 切干大根の含め煮 海藻サラダ 味噌汁	2日 ご 飯 鶏肉の梅しそ揚げ 切り昆布の煮物 甘酢和え 味噌汁	3日 散らし寿司 味噌田楽 いも団子 ももゼリー うしお汁	4日 ご 飯 魚の粕漬け焼き 里芋のひじき煮 タルタルサラダ 味噌汁	5日 ご 飯 肉団子の酢豚風 いんげんの当座煮 うま塩和え 味噌汁	6日 三色丼 カリフラワーのミルク煮 胡麻酢和え フルーツ わかめスープ
8日 ご 飯 かき揚げ ぜんまいの炒り煮 白和え 味噌汁	9日 山菜ご飯 信田煮 青梗菜の中華炒め フルーツ 茶わん蒸し	10日 ご 飯 魚の酒蒸し 茄子の田舎煮 豆サラダ 味噌汁	11日 ご 飯 大根とあげの旨煮 カニ風味サラダ 赤カブ漬け ビーフシチュー	12日 ご 飯 湯 豆 腐 なめ苺和え ヨーグルト あんかけうどん	13日 ご 飯 豚肉の生姜焼き さつま芋のレモン煮 みぞれ和え 味噌汁
15日 ご 飯 八 宝 菜 胡麻豆腐 フルーツ 味噌汁	16日 ご 飯 カツオのたたき じゃが芋の海老マヨ炒め 温野菜サラダ 味噌汁	17日 ひじきご飯 厚揚げのおろし煮 茄子の炒り煮 梅もずく 茶碗蒸し	18日 ご 飯 揚げ出し豆腐 もやしの胡麻蒸し おかか和え かき玉汁	19日 ご 飯 魚の粕漬け焼き 里芋のひじき煮 タルタルサラダ 味噌汁	20日 ご 飯 肉団子の酢豚風 いんげんの当座煮 うま塩和え 味噌汁
22日 ご 飯 大根の味噌煮 塩昆布和え フルーツ ちゃんぽん風うどん	23日 ご 飯 豚しゃぶ ピーマン金平 ゼリー 味噌汁	24日 ご 飯 魚の照り焼き 南瓜の昆布煮 和風サラダ 味噌汁	25日 中華風おこわ ニラ玉 辛子マヨ和え フルーツ 春雨スープ	26日 ご 飯 関 東 煮 金時豆の甘煮 生姜和え 味噌汁	27日 ご 飯 揚げ鯖の南蛮漬け ふきのしぐれ煮 中華和え 味噌汁
29日 ご 飯 鶏つくね 里芋の西京煮 わさび酢和え 澄まし汁	30日 ご 飯 ミックスフライ 青梗菜のクリーム煮 甘酢和え 味噌汁	31日 カレーライス 鶏肉と冬瓜の煮物 ヨーグルトサラダ 福神漬け コンソメスープ			