

3月のメニュー

	平成27年03月01日(日)	平成27年03月02日(月)	平成27年03月03日(火)	平成27年03月04日(水)	平成27年03月05日(木)	平成27年03月06日(金)	平成27年03月07日(土)
朝	ホワイトミルクパン マカロニソテー 牛乳	【温】 ヨーヨーとミチズ パソフ キシリムス ヤクルト	ホワイトミルクパン オムレツのソテー 牛乳	イエローロール ソーセージとじゃが芋のスープ 煮 牛乳	米飯 味のり ごぼうの煮物 厚揚げのおみそ汁 オレンジジュース	ワンローフ スパゲティサラダ 牛乳	【温】 ハンバーガー コーンスープ ヤクルト
昼	他人丼 ザーサイの冷奴 なます オレンジゼリー	赤飯 メンチカツ キャベツの胡麻和え だいこんとセロリのスープ	春ちらし寿司 炊き合わせ 菜の花の白和え はんぺんのお吸いもの	鶏そぼろ温泉玉子のせ丼 さつま芋とアボカドのくすみ和え 高野豆腐の炒め物 マスカットゼリー	米飯 さばの照り焼き じゃがいものカレー炒め 洋梨&パイナップル	米飯 コロック盛り合わせ ごぼうサラダ 白菜のスープ	もちつき大会
夕	野菜入りキッシュ風 スイートサラダ クリームスープ	小松菜と豚肉の煮物 五目ビーフン オレンジ	チキン南蛮 切干大根の煮物 りんごヨーグルト	米飯 メバルの香りみそ焼き かぼちゃのゆず胡椒和え 薄くず汁	米飯 麻婆豆腐 三色ナムル りんご	米飯 あじの梅煮 青梗菜とときのこの炒め物 トマトともずくの和え物	米飯 鮭ときのこのクリームソース リヨネーズポテト トマトスープ
	平成27年03月08日(日)	平成27年03月09日(月)	平成27年03月10日(火)	平成27年03月11日(水)	平成27年03月12日(木)	平成27年03月13日(金)	平成27年03月14日(土)
朝	シュガーバターコッペ オムレツ 牛乳	【温】 ハチマツトスト&パ パソフ キシリムス ヤクルト	ベアロール かぼちゃのバター醤油炒め 牛乳	丸ロール ツナとキャベツのソテー 牛乳	米飯 たいみそ 糸こんにゃくの炒り煮 もやしのおみそ汁 りんごジュース	レーズンドッグ キャベツのクリーム煮 牛乳	【温】 赤トドッグ & コッド 牛乳
昼	米飯 チーズハンバーグ ミモザサラダ クリームスープ	米飯 大根と豚肉の麻婆炒め かぼちゃの生姜和え 小松菜のおみそ汁	菜めし(半量) 鳴門うどん 酢の物 りんご	洋風ちらし寿司 鶏肉の辛子揚げ カスタードプリン しめじと豆腐のお吸いもの	米飯 お好み焼き なすのしき炒め煮 桃ゼリー	米飯 鶏団子と野菜のポトフ 長芋の加-オイスター炒め 白桃	米飯 かれないの唐揚げカレー風味 野菜とハムのサラダ 青りんごゼリー
夕	米飯 白身魚のさつま蒸し れんこんの甘辛炒め 白菜の和え物	米飯 鮭の焼き浸し青じそ風味 ポテトとかぼちゃのチーズ焼き ブロッコリーサラダ	米飯 チキンのトマトチーズ焼き キャベツの炒め物 かぼちゃの白和え	麦飯 【温】 さばの塩焼き 厚揚げの野菜そぼろあんかけ 白菜のかつおボン酢和え	米飯 さわらとときのこの中華葱蒸し ピーマンの焼きびたし アボカドの塩昆布和え	米飯 サーモンステーキ 大根のくず煮 トマトのごま和え	米飯 ひじき入り豆腐ハンバーグ かぼちゃの含め煮 白菜ときゅうりの酢の物
	平成27年03月15日(日)	平成27年03月16日(月)	平成27年03月17日(火)	平成27年03月18日(水)	平成27年03月19日(木)	平成27年03月20日(金)	平成27年03月21日(土)
朝	おいもちゃん ツナサラダ 牛乳	【温】 ピザトスト&黒糖食パン パソフ キシリムス ヤクルト	ミニパン きのこキャベツのソテー 牛乳	シュガーバターコッペ ツナサラダ 牛乳	米飯 味のり ひじきの煮物 うすあげのおみそ汁 ピーチジュース	イエローロール マカロニサラダ 牛乳	ツナロール&ポテト 牛乳
昼	十五穀ご飯 さばのねぎ味噌焼き じゃがいもの煮物 ヨーグルト和え(みかん)	麦飯 牛肉みそ炒め ごま豆腐 白菜のお吸いもの	和風カレー 即席ピクルス トマト豆腐 りんごヨーグルト	根菜ピラフ 豚肉とねぎのチヂミ かぼちゃの甘酢和え サムゲタン風スープ	米飯 唐揚げ油淋鶏仕立て ハンサンスウ コーヒゼリー	米飯 木の葉丼 さつま芋と枝豆のかきあげ 白菜の梅マヨ和え みかん	米飯 豚肉のマーメレード焼き オクラとろろ豆腐 かきたま汁
夕	豚丼 レンコンのマヨサラダ もやしのボン酢和え かぼちゃのおみそ汁	海鮮ちらしご飯 かぼちゃとなすの含め煮 おろし焼き厚揚げ フルーチェ(みかん)	だいこん菜飯 さばの深味干 れんこんと根菜の甘辛炒め 焼きさきみ揚げと白菜の和え物	米飯 あじのムニエルマトソース 野菜ソテー ビーンズサラダ	米飯 白身魚のチリソース炒め だいこんの信田煮 白菜のコールスロー	米飯 赤魚のおろし煮 卵と高菜の炒め物 玉葱と卵のごま和え	米飯 たらのから揚げ五目あんかけ 人参の金平 青菜ののり和え
	平成27年03月22日(日)	平成27年03月23日(月)	平成27年03月24日(火)	平成27年03月25日(水)	平成27年03月26日(木)	平成27年03月27日(金)	平成27年03月28日(土)
朝	ベアロール ソーセージと野菜のソテー 牛乳	【温】 イグ トスト&ミチズ食パン パソフ キシリムス ヤクルト	ワンローフ ウイナーと野菜のスープ 煮 牛乳	ミニあんぱん&レーズンロール ハムと花野菜のサラダ 牛乳	米飯 のり佃煮 ツナとじゃがいもの煮物 ごぼうのおみそ汁 フルーツジュース	北海道産パソフ 野菜のトマト煮 牛乳	【温】 照り焼きチキンハンバーガー コーンスープ ヤクルト
昼	鮭とろろ丼 五目豆 もやしのおみそ汁 ぶどうゼリー	豚テキ丼 白菜とれんこんの塩もみサラダ カロテン浸し おろし	大豆とひき肉のドライカレー 小松菜のイタリアンソテー はりはり漬け バナナヨーグルト	かやくご飯 かけそば ふるふき大根 アボカドの和え物	米飯 ミートスパゲティ なすのオペラ 生姜和え 青りんごゼリー	米飯 麻婆かけチャーハン 野菜とハムのサラダ ほうれん草のくすみみそ和え 大学いも	麦飯 とんぺい オクラの青じそ豆腐 白菜のおみそ汁
夕	米飯 チキンのトマト煮 ひじきのサラダ ピーマンのソテー	米飯 鮭のにんにくマヨ焼き わかめのおひたし 菜の花のおみそ汁	十五穀ご飯 鶏のきじ焼き 三度豆の白和え はんぺんのお吸いもの	米飯 高野豆腐のはさみ揚げ煮 切干大根のエスニックサラダ りんご	米飯 海老と卵の干草焼き 青菜のソテー炒め 大根のキムチ和え	米飯 とろろご飯 かれないの利休焼き もやしのごましょうゆ和え 粕汁	きのご飯 さわらの照り焼き ピリ辛炒め 切干大根の酢の物
	平成27年03月29日(日)	平成27年03月30日(月)	平成27年03月31日(火)	 <p>2月おたのしみメニュー</p> <p>鬼ケーキ</p>			
朝	イエローロール ヤングコーンソテー 牛乳	【温】 ヨーヨーとミチズ パソフ キシリムス ヤクルト	ベアロール フィッシュソーセージと野菜ソテー 牛乳				
昼	米飯 クリームシチュー ひじきのマリネサラダ みかん	米飯 スパニッシュオムレツ マリネ ヨーグルトババロア	カツ丼 小松菜のおひたし やまいもの乙女和え 白桃				
夕	米飯 さばの甘酢炒め そばサラダ とろろ昆布のお吸いもの	米飯 鮭のレムラードソース焼き リヨネーズポテト 春菊の和え物	米飯 ポテトとベーコンのグラタン トマト豆腐 マカロニスープ				

●今月の行事食●

- ・ 3月3日(火) 昼食 桃の節句
- ・ 3月7日(日) 昼食 もちつき大会の為、お弁当
- ・ 3月11日(水) 昼食 お楽しみメニュー

先月お楽しみメニューで、鬼の顔にアレンジしたロールケーキを提供しました。怖い鬼とは逆に、味はクリームたっぷりとても甘く柔らかくて食べやすいケーキでした。好評でした。もちつき大会の日は、メンチカツ弁当かサンドイッチ弁当か各利用者さんに好きなお弁当を選んでもらって提供する予定です。悩む人、即決の人様々でした。(管理栄養士 枝澤)