

3月のメニュー

		平成29年03月01日(水)	平成29年03月02日(木)	平成29年03月03日(金)	平成29年03月04日(土)	平成29年03月05日(日)	
朝		イエローロール ソーゼ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 バナナ豆乳	ワンローフ スバゲティサラダ 牛乳	【温】ハンバーガー コーンスープ ヤクルト	お楽しみパン 牛乳	
昼		赤飯 メンチカツ キャベツの胡麻和え だいごんとセロリのスープ	鶏そぼろ温泉玉子のせ丼 さつま芋とアヲリョウのくるみ和え 高野豆腐の炒め物 マスカットゼリー	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	米飯 さばの照り焼き じゃがいものカレー炒め 洋梨&パイ	米飯 コロッケ盛り合わせ ごぼうサラダ 白菜のスープ	
夕		米飯 小松菜と豚肉の煮物 五目ビーフン りんごヨーグルト	米飯 スハルノ旨りのてんぷら かろりのゆず胡椒和え 薄くず汁	米飯 チキン南蛮 切干大根の煮物 オレンジ	米飯 麻婆豆腐 三色ナムル りんご	米飯 あじの梅煮 青梗菜ときのこの炒め物 トマトともずくの和え物	
	平成29年03月06日(月)	平成29年03月07日(火)	平成29年03月08日(水)	平成29年03月09日(木)	平成29年03月10日(金)	平成29年03月11日(土)	平成29年03月12日(日)
朝	【温】ハチマシトースト&パターロール パンがカリムスープ ヤクルト	ベアロール ほうれん草とベーコンのソテー 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 豆乳バナナ	レースドッグ キャベツのクリーム煮 牛乳	【温】おトドック&ミチヨク食パン 牛乳	おいもちゃん パンブキンサラダ 牛乳
昼	菜めし(半量) 鳴門うどん 酢の物 りんご	米飯 かわい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	サンドイッチ 南瓜とレンコンの胡麻マヨ和え クラムチャウダー いちごババロア	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 かろりの生姜和え 小松菜のおみそ汁	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 鶏団子と野菜のポトフ 長芋の加-オスター炒め 白桃
夕	米飯 チキンのトマトチーズ焼き キャベツの炒め物 かろり菜の白和え	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	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 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 さわらときのこの中華葱蒸し ピーマンの焼きびたし ブロッコリーの塩昆布和え	米飯 サーモンステーキ 大根のくず煮 トマトのごま和え
	平成29年03月13日(月)	平成29年03月14日(火)	平成29年03月15日(水)	平成29年03月16日(木)	平成29年03月17日(金)	平成29年03月18日(土)	平成29年03月19日(日)
朝	【温】ピザトースト&黒糖食パン パンがカリムスープ ヤクルト	ミニパン ツナサラダ 牛乳	シュガーバターコッペ 野菜のトマト煮 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	おかずパン マカロニサラダ 牛乳	ツマロール&ホトロール 牛乳	ベアロール ソーゼージと野菜のソテー 牛乳
昼	醤油ラーメン 炒り豆腐 青菜のおかか和え バナナ	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	目玉焼きカレー 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 かろりの甘酢和え サムゲタン風スープ	かつめし 切干大根のサラダ 小松菜のおみそ汁 バナナ	木の葉丼 さつま芋と枝豆のかきあげ 白菜の梅マヨ和え フルーチェ(みかん)
夕	米飯 白身魚のチリソース炒め だいごんの信田煮 白菜のコールスロー	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	海鮮ちらすご飯 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)	だいごん菜飯 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 鮭ときのこのクリームソース リヨネーズポテト マトソース	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
	平成29年03月20日(月)	平成29年03月21日(火)	平成29年03月22日(水)	平成29年03月23日(木)	平成29年03月24日(金)	平成29年03月25日(土)	平成29年03月26日(日)
朝	【温】イグトースト&ミチヨク食パン パンがカリムスープ 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&レースンロール 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	北海道産カボチャ 野菜のトマト煮 牛乳	【温】照り焼きチキンバーガー コーンスープ ヤクルト	イエローロール ヤングコーンソテー 牛乳
昼	米飯 豚肉のマーマレード焼き オクラとろろ豆腐 かきたま汁	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ムカレー 温玉乗せ 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 ブロッコリーの和え物	米飯 クリームシチュー ひじきのマリネサラダ フルーチェ(みかん)	麻婆かけチャーハン 野菜とハムのサラダ ほうれん草のくるみみそ和え 大学いも
夕	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	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 鶏のきし焼き 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 さばの甘酢炒め そばサラダ とろろ昆布のお吸いもの	とろろご飯 かわいいの利休焼き もやしのごましょうゆ和え 粕汁
	平成29年03月27日(月)	平成29年03月28日(火)	平成29年03月29日(水)	平成29年03月30日(木)	平成29年03月31日(金)		
朝	おかずトースト パンがカリムスープ ヤクルト	ベアロール フィッシュソーゼージと野菜のソテー 牛乳	おろしモントパン ツナとキャベツのソテー 牛乳	米飯 味のり ごぼうの煮物 厚揚げのおみそ汁 バナナ豆乳	おろし ツナといんげんのソテー 牛乳		
昼	麦飯 とんべい オクラの青じそ豆腐 白菜のおみそ汁	ミートスバゲティ なすのオペラ 生姜和え ヨーグルトババロア	米飯 スパニッシュオムレツ マリネ ヨーグルトババロア	米飯 えびかつ れんこんサラダ 白菜のスープ	カツ丼 ほうれん草のおひたし やまいもの乙女和え 白桃		
夕	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	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 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	米飯 ホルモン風焼きうどん 豆腐ステーキきのこのソース かろりのゆず胡椒和え 豚汁		

●今月の行事食●

・ 3月3日(金) 昼食 ひなまつり

・ 3月8日(水) 昼食 お楽しみメニュー

12月から、お話しする度に「サンドイッチがたべたいです」と熱望されている利用者様に4月になるまでに必ず必ず出しますと  
 待っていただいて、今月のお楽しみメニューでやっと提供できました。ひふみ園のみなさんは、ハイカラなパン派が多いです。  
 結構なボリュームでしたが、ペロリと完食されていました。(管理栄養士 枝澤)