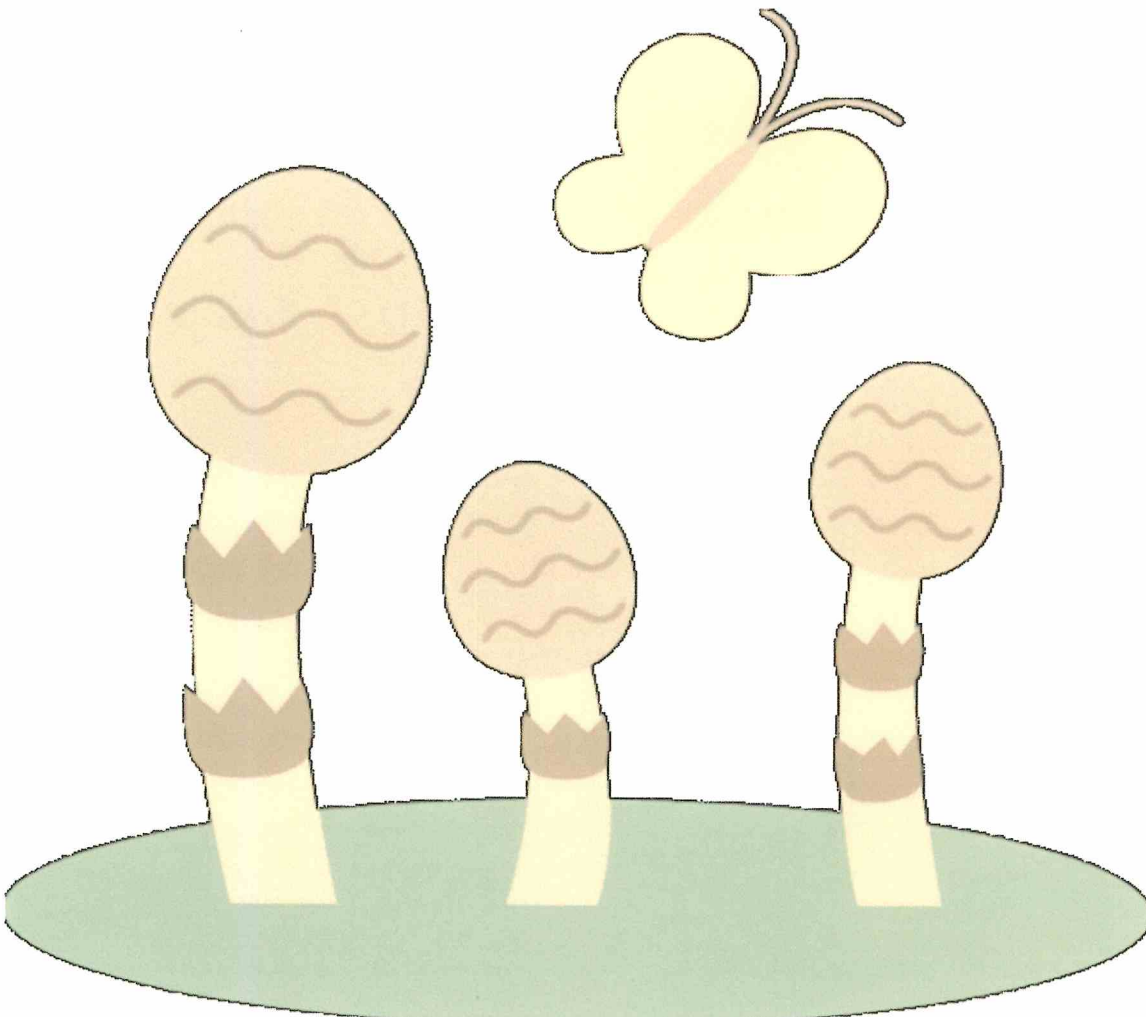


1			3月1日	3月2日		
朝			金	土		
昼			ご飯 豆乳汁 鮭の塩焼き 卵焼き サラダ	ご飯 みそ汁 豆腐・薄あげ コロッケ 納豆 ツナサラダ	テキンカレー 大根サラダ	弁当
夜			ご飯 鯛のかば焼き テキンのボン酢煮 きんぴらごぼう	ご飯 マーボー豆腐 さつまいもの甘露煮 かまぼこ 牛乳		

2	3月3日	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日	3月9日
	日	月	火	水	木	金	土
朝	食パン コーンスープ ピクルス (大根・きゅうり・人参) ハムエッグ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 青葱・わかめ メンチカツ 目玉焼き スパゲッティサラダ	ご飯 みそ汁 大根・玉葱 玉子焼き サバの塩焼き マカロニサラダ	食パン カボチャのポタージュ ピクルス (大根・きゅうり・人参) スパニッシュオムレツ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 キャベツ・人参 切干大根 ソーセージ 卵サラダ	ご飯 豆乳汁 鮭の塩焼き 卵焼き サラダ	ご飯 みそ汁 豆腐・薄あげ コロケ 納豆 ツナサラダ
昼	からあげ丼 豆腐チゲスープ フルーツ	八宝菜 揚げ餃子 きのこジンジャースープ	肉うどん マカロニサラダ いなりずし	デミカツ丼 漬物 みそ汁 きのこ 青葱	味噌ラーメン れんこんのきんぴら ミニチャーハン	カツカレー 豆腐サラダ	弁当
夜	ご飯(ちらし寿司) 筑前煮 たたきキュウリ 豚汁	ご飯 太刀魚の煮付け ブロッコリーのマヨ和え みそ汁	ご飯 ハンバーグマトソース 南瓜のうま煮 じゃこのサラダ	ご飯 豚生姜焼き 茄子揚げびたし 海藻サラダ  牛乳	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き こんにゃく甘煮 卵スープ	ご飯 おろしとんかつ キャベツサラダ 酢の物 なめこ汁	ご飯 鯰フライ キャベツ 高野豆腐 カレースープ  牛乳

3	3月10日	3月11日	3月12日	3月13日	3月14日	3月15日	3月16日
	日	月	火	水	木	金	土
朝	食パン じゃがいもポタージュ ピクルス (大根・きゅうり・人参) ハムエッグ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 青葱・わかめ メンチカツ 目玉焼き スパゲッティサラダ	ご飯 みそ汁 大根・玉葱 玉子焼き サバの塩焼き マカロニサラダ	食パン さつまいものポタージュ ピクルス (大根・きゅうり・人参) スパニッシュオムレツ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 キャベツ・人参 切干大根 ソーセージ 卵サラダ	ご飯 豆乳汁 鮭の塩焼き 卵焼き サラダ	ご飯 みそ汁 豆腐・薄あげ コロケ 納豆 ツナサラダ
昼	ナポリタン ミックスビーンズサラダ バケット	ピビンバ丼 あさり汁	かきあげそば チキンナゲット ゴボウサラダ	オムライス カボチャのサラダ ポトフ	醤油ラーメン 春巻き ミニサラダ	カレーうどん いなり寿司	弁当
夜	ご飯 サバの味噌煮 高野豆腐 かきたま汁	ご飯 ポークチャップ 胡麻和え トマトと玉葱のスープ	ご飯 めかじきのマスタード焼き イカフライ チャプチェ	ご飯 から揚げユーリンチー 南瓜のうま煮 モズクとオクラのスープ  牛乳	ご飯 酢豚 揚げだし豆腐 なめこ汁	ご飯 鯛のかば焼き チキンのボン酢煮 きんぴらごぼう	ご飯 マーボー豆腐 さつまいもの甘露煮 かまぼこ  牛乳

4	3月17日	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日	3月22日	3月23日
	日	月	火	水	木	金	土
朝	食パン コーンスープ ピクルス (大根・きゅうり・人参) ハムエッグ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 青葱・わかめ メンチカツ 目玉焼き スパゲッティサラダ	ご飯 みそ汁 大根・玉葱 玉子焼き サバの塩焼き マカロニサラダ	食パン カボチャのポタージュ ピクルス (大根・きゅうり・人参) スパニッシュオムレツ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 キャベツ・人参 切干大根 ソーセージ 卵サラダ	ご飯 豆乳汁 鮭の塩焼き 卵焼き サラダ	ご飯 みそ汁 豆腐・薄あげ コロッケ 納豆 ツナサラダ
昼	豚丼 もやしと春菊のナムル	ロコモコ丼 ミネストローネ 大根サラダ	かきたまうどん おにぎり 揚げ肉団子	照り焼き丼 すまし汁 ミニサラダ	鶏塩ラーメン 揚げシュウマイ コーンサラダ	シーフードカレー パンバンジーサラダ	弁当
夜	ご飯 筑前煮 たたきキュウリ 豚汁	ご飯 太刀魚の煮付け ブロッコリーのマヨ和え みそ汁	ご飯 ハンバーグトマトソース 南瓜のうま煮 じゃこのサラダ	ご飯 豚生姜焼き 茄子揚げびたし 海藻サラダ  牛乳	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き こんにゃく甘煮 卵スープ	ご飯 おろしとんかつ キャベツサラダ 酢の物 なめこ汁	ご飯 鯉フライ キャベツ 高野豆腐 カレースープ  牛乳

5	3月24日	3月25日	3月26日	3月27日	3月28日	3月29日	3月30日
	日	月	火	水	木	金	土
朝	食パン コーンスープ ピクルス (大根・きゅうり・人参) ハムエッグ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 青葱・わかめ メンチカツ 目玉焼き スパゲッティサラダ	ご飯 みそ汁 大根・玉葱 玉子焼き サバの塩焼き マカロニサラダ	食パン カボチャのポタージュ ピクルス (大根・きゅうり・人参) スパニッシュオムレツ ヨーグルト ポテトサラダ	ご飯 みそ汁 キャベツ・人参 切干大根 ソーセージ 卵サラダ	ご飯 豆乳汁  鮭の塩焼き 卵焼き サラダ	ご飯 みそ汁 豆腐・薄あげ コロッケ 納豆 ツナサラダ
昼	ミートスパゲッティ 南瓜のうま煮	マーボー丼 いんげんごま合え 澄まし汁	たぬきそば 炊き込みご飯 ミニサラダ	中華丼 卵スープ 酢の物	ちゃんぽん 豆腐サラダ イカフライ	ビーフカレー タラモサラダ	弁当
夜	ご飯 サバの味噌煮 高野豆腐 かきたま汁	ご飯 ポークチャップ 胡麻和え トマトと玉葱のスープ	ご飯 めかじきのマスタード焼き イカフライ チャプチェ	ご飯 から揚げユーリンチー 南瓜のうま煮 モズクとオクラのスープ  牛乳	ご飯 酢豚 揚げだし豆腐 なめこ汁	ご飯 鍋のかば焼き チキンのボン酢煮 きんぴらごぼう	ご飯 マーボー豆腐 さつまいもの甘露煮 かまぼこ  牛乳

6	3月31日
	日
朝	食パン コーンスープ ピクルス (大根・きゅうり・人参) ハムエッグ ヨーグルト ポテトサラダ
昼	牛丼 しじみ汁 南瓜のうま煮
夜	ご飯 筑前煮 たたきキュウリ 豚汁

