

献立表

行事食

	2024/03/01	2024/03/02	2024/03/03
朝	米飯 じゃがいもの味噌汁 青梗菜ソテー 味付のり 学級ジョア	米飯 焼き麩のみそ汁 ちやしとウインナーのソテー ゆず味噌 牛乳	ロールパン コーンのスープ ツナキャベツサラダ 牛乳
昼	ネギトコ丼 ※ 鶏肉入りクリーミーコロッケ 白菜のぬた 茶巾あんかけ 小袋醤油(減塩) 甘酒	米飯 ★ 鶏豆腐の野菜あんかけ 春雨のり炒め ダイコンの金平風	米飯 肉豆腐 小松菜ソテー 長芋とオクラのわさび醤油和え ゼリー (冷)
タ	米飯 鶏肉の塩焼焼き 卵入り野菜炒め 白和え	米飯 チンジャオロース風 高野豆腐とエビの旨煮 FAN 1 の中華ドレ和え フルーツ	米飯 グラタン 切干大根のサラダ 白菜のガーリック炒め

	2024/03/04	2024/03/05	2024/03/06	2024/03/07	2024/03/08	2024/03/09	2024/03/10
朝	米飯 白菜のみそ汁 小松菜のソテー 鯛味噌 牛乳	米飯 ほうれん草のみそ汁 オムレツ 練梅 牛乳	米飯 焼き麩のみそ汁 白菜のツナ和え 鯛味噌 牛乳	米飯 キャベツの味噌汁 鶏さやめのソテー ぶりかけ 牛乳	米飯 えのきのみそ汁 車麩の煮物 鯛味噌 牛乳	米飯 ワカメのみそ汁 小松菜の卵とじ のり佃煮 学級ジョア	ロールパン コーンのスープ 豆腐入り野菜サラダ 牛乳 スクランブルエッグ
昼	米飯 揚げ魚のチリソース ひじきの炒め煮 もやし中華和え	チャンポン麺 茄子のみそ炒め 南瓜サラダ 学級ジョア	米飯 たまご丼 がんもの梅煮 トマトサラダ カスタードプリン (冷)	米飯 魚の味噌チーズ焼き 大根サラダ 大根の煮付 アシドミルク	米飯 麻婆豆腐 キャベツの磯和え 干糠焼き	米飯 魚のマスタード焼き ジャーマンポテト 野菜サラダ カスタードプリン (冷)	米飯 豚肉と野菜のカレー炒め 大根の煮物 法蓮草の和え物
タ	米飯 ビーフシチュー キャベツのソテー カリフラワーごまドレ和え フルーツ	米飯 ハンバーグ アスパラドレ和え 青梗菜ソテー フルーツ	米飯 魚の唐揚げ キャベツの中華風炒め ほうれん草のゴマ和え 大根の味噌汁	米飯 ボークビーンズ 野菜のバター醤油炒め 白菜ぼん酢和え	米飯 赤魚の照焼き 菜の花ソテー 根菜サラダ 麩の清汁	軟飯 鶏肉のきのこあんかけ 白菜のコンソメ煮 春雨のゴマネーズ 湯菜の清汁	米飯 かれの梅煮 がんもの煮付(4割) もやしソテー フルーツ

	2024/03/11	2024/03/12	2024/03/13	2024/03/14	2024/03/15	2024/03/16	2024/03/17
朝	米飯 えのきの味噌汁 菜の花のソテー ゆず味噌 牛乳	米飯 小松菜味噌汁 キャベツの中華ソテー 練梅 牛乳	米飯 なめこの味噌汁 法蓮草の煮浸し 鯛味噌 牛乳	米飯 さつま芋の味噌汁 卵とじ のり佃煮 牛乳	米飯 菜の花味噌汁 人参の金平 ゆず味噌 牛乳	米飯 麩の味噌汁 アスパラとエビのソテー ぶりかけ 学級ジョア	ロールパン かき玉スープ マカロニサラダ 牛乳
昼	米飯 家常豆腐 もやしのナムル アスパラベーコン	とろろうどん ダイコンのそぼろ煮 キャベツの中華風炒め アシドミルク	米飯 魚の酢味噌焼き キャベツの中華風炒め 南瓜煮 Caヨーグルト	米飯 鶏肉とキノコのカレー 野菜炒め コーヒゼリー	米飯 魚のラビゴットソース 高野豆腐の煮物 レタスサラダ	米飯 肉じゃが 茄子とピーマン炒め もやしの和風サラダ カスタードプリン (冷)	米飯 鶏肉の和風ステーキ がんもの煮付(4割) グリーンサラダ
タ	米飯 ★ 魚の山椒焼 里芋のおかか煮 ブロックリーのごま和え 大根の清汁	米飯 三色丼風 春雨マヨ和え しき焼き フルーツ	米飯 豚肉のソース炒め 白菜和え物 ひじき炒め煮 かき玉汁	米飯 魚のしょうが焼 カリフラワー-カニあんかけ 小松菜ベーコンソテー	米飯 ハンバーグ 大根の煮付 胡瓜梅肉和 フルーツ	ゆかりご飯 蟹製豆腐 ビーフンのカレー炒め ほうれん草の和え物 フルーツ	米飯 鯖の中華煮 木ノ子バターソテー 白菜の胡麻和え

	2024/03/18	2024/03/19	2024/03/20	2024/03/21	2024/03/22	2024/03/23	2024/03/24
朝	米飯 えのきの味噌汁 肉詰め福島の煮物 ゆず味噌 牛乳	米飯 玉葱の味噌汁 里芋の煮ころがし 鯛味噌 牛乳	米飯 茄子の味噌汁 白菜と角ハンの煮付け のり佃煮 牛乳	米飯 オクラのみそ汁 カリフラワー-カレーソテー 鯛味噌 牛乳	米飯 小松菜の味噌汁 麩の卵とじ ゆず味噌 牛乳	米飯 わかめの味噌汁 アスパラの中華炒め のり佃煮 牛乳	ロールパン 海老のスープ ツナサラダ 牛乳
昼	米飯 魚の香味揚げ なすのしそ風味煮 ブロックリーのピーナツ和え	リム焼きそば 野菜のマリネ 春雨マヨ和え 学級ジョア	米飯 スペイン風オムレツ ポテトサラダ 青梗菜ソテー ゼリー (冷)	米飯 鶏肉のクリーム煮 キャベツソテー 南瓜サラダ 学級ジョア	米飯 揚げ魚の南蛮漬け 白菜と油揚げの胡麻味噌和え 長芋カニあんかけ	米飯 鶏肉の味噌漬焼き ナスの炒め煮 ブロックリーサラダ カスタードプリン (冷)	しそ昆布ご飯 魚塩焼き 梅子マヨソース 大根金平 小松菜のごま和え Caヨーグルト
タ	米飯 豆腐ハンバーグ ぼん酢あん マカロニ煮 法蓮草の和え物 フルーツ	米飯 煮魚 春雨カレーマヨサラダ キノコソテー フルーツ	米飯 鶏肉の照り焼き 大根おかか炒め煮 胡瓜の酢の物 焼麩の清汁	米飯 魚の味噌煮 生揚げの中華炒め 法蓮草なめ旨和え とろろ昆布の清汁	米飯 2色そぼろ 玉子と豆腐のしんじょ コールスローサラダ フルーツ	米飯 麻豆腐のキノコあんかけ 焼きうどん もやしの中華和え フルーツ	米飯 豆じゃが 野菜炒め 和風サラダ 花麩の清汁

	2024/03/25	2024/03/26	2024/03/27	2024/03/28	2024/03/29	2024/03/30	2024/03/31
朝	米飯 焼き麩の味噌汁 ブロックリーソテー ぶりかけ 牛乳	米飯 もやしの味噌汁 高菜の炒め煮 ゆず味噌 牛乳	米飯 玉ねぎの味噌汁 小松菜の卵とじ 鯛味噌 牛乳	米飯 かぼちゃの味噌汁 白菜と角ハンの煮付け のり佃煮 牛乳	米飯 豆腐のみそ汁 小松菜とハムの炒め物 ゆず味噌 学級ジョア	米飯 わかめの味噌汁 魚肉ソーセージの甘辛炒 鯛味噌 牛乳	ロールパン 法蓮草と豆腐のスープ マカロニサラダ 牛乳 スクランブルエッグ1/2
昼	米飯 松風焼き アスパラソテー さつま芋サラダ ゼリー (冷)	かきたまうどん 豚肉と葱の炒め物 野菜サラダ ゼリー (冷)	米飯 豚肉の青じそソテー かぼちゃの煮物 ブロックリーの白みそ和え物	米飯 魚の和風ムニエル がんもの煮物 海草サラダ カスタードプリン (冷)	米飯 生揚げの中華炒め ひじき炒め煮 きのこときゅうりのサラダ	米飯 (常) 魚の竜田揚げ 菜種和え ナスの味噌炒め ゼリー (冷)	米飯 チキンごま焼き 切干大根の炒り煮 いんげんのぬた
タ	米飯 魚の中華煮 野菜のソテー おひたし 豆腐の清汁	米飯 ムニエルのグリーンソースかけ バターしょうゆ炒め トマト煮 フルーツ	米飯 五目豆腐 生麩と昆布の炒め煮 大根の酢の物 たいやき(ミニ)	米飯 鶏肉の梅焼梅たれかけ なすの炒め物 春雨サラダ 焼麩の清汁	米飯 ハンバーグ デミソース アスパラサラダ ダイコンのすりごま炒め Caヨーグルト	米飯 すき焼き風 ツナキャベツソテー 胡瓜の酢の物 フルーツ	米飯 大豆のチリコンカン ブロックリーのサラダ チンゲンサイスープ煮