

2025年3月献立 (3/1~3/8)

	日	月	火	水	木	金	土
							令和07年03月01日(土)
朝							御飯 厚揚げと大根の治部煮 (ガ・リ) たらすのすり身と大根の治部煮 畑菜の磯和え カルシウム牛乳
昼							御飯 フライ盛り合わせ ブロッコリーサラダ コツ双-ブ (じゃが芋・玉葱) ふりかけ (かつお)
おやつ							おやつ (スィーツ-いちご)
夕	御飯 さばの七味焼き さといもの煮物 小松菜のからし和え みそ汁(大根・揚げ)						

	令和07年03月02日(日)	令和07年03月03日(月)	令和07年03月04日(火)	令和07年03月05日(水)	令和07年03月06日(木)	令和07年03月07日(金)	令和07年03月08日(土)
朝	御飯 さつま芋のそぼろ炒め ほうれん草のおひたし カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げとかぶの煮物 (リ) つみれとかぶの煮物 白菜のツナマヨ和え カルシウム牛乳	御飯 ス克蘭ブルエッグ ブロッコリーサラダ カルシウム牛乳	御飯 茄子とピーマンの炒め物 畑菜の香味和え カルシウム牛乳	御飯 ツナとかぶのコンソメ煮 青梗菜のゆず風味和え カルシウム牛乳	御飯 じゃが芋とつみれの中華煮 ほうれん草のマヨ和え カルシウム牛乳	御飯 野菜炒め かぶの香味和え カルシウム牛乳
昼	御飯 ハサの香味蒸し 冬瓜のごま煮 みそ汁(うすまき麩・白葱) フルーツ缶 (黄桃)	<行事食 ひな祭り> 桜ちらし寿司 春の炊き合わせ 菜の花の白和え フルーツ缶 (マンゴー)	御飯 赤魚の漬け焼き ひじきの煮物 (ガ・リ) 大根の煮物 お吸物(春菊・花麩) フルーツ缶 (みかん)	御飯 鶏肉のごま味噌焼き 白菜の塩昆布和え お吸い物(にんじん・春菊) フルーツ缶 (白桃)	御飯 ハサのみりん焼き リーゼツ と畑菜のソテー (リ) まぐろと畑菜のソテー コツ双-ブ (たまねぎ・にんじん) ふりかけ (梅しそ)	牛丼 小松菜のわさび和え みそ汁(おつゆ麩・大根の葉) いちごムース	御飯 鮭のみそマヨ焼き しろなのサラダ お吸物(里芋・白ネギ) フルーツ缶 (黄桃)
おやつ	おやつ (ド-ム-ケーキ)	おやつ (ド-ム-ケーキしあん)	おやつ (カスタードケーキ)	おやつ (チョコパン)	おやつ (スィーツ-いちご)	おやつ (どら焼きしあん)	おやつ (野菜ジュースゼリー)
夕	御飯 豚肉と野菜の葱塩炒め きゃべつのさっぱりサラダ えび風味焼売 中華スープ(畑菜・人参)	御飯 サバの味噌煮 じゃが芋の白煮 大根和風和え みそ汁(里芋・小松菜)	御飯 肉豆腐 さつま芋のレモン煮 しろなのおひたし みそ汁(隠元・にんじん)	御飯 和風卵焼き 冬瓜の含め煮 三色和え みそ汁 (白菜・椎茸)	御飯 鶏肉のマスタード焼き 豚肉と蓮根の炒め物 (リ) 豚肉と大根の炒め煮 キャベツのごま和え みそ汁 (里芋・畑菜)	御飯 さばの山椒焼き 大根の炒り煮 ピーマンのおかか和え みそ汁(白菜・椎茸)	御飯 チキンステーキ かぼちゃの煮物 青梗菜のさば缶の和え物 みそ汁 (畑菜・にんじん)

2025年3月献立 (3/9~3/22)

	日	月	火	水	木	金	土
	令和07年03月09日(日)	令和07年03月10日(月)	令和07年03月11日(火)	令和07年03月12日(水)	令和07年03月13日(木)	令和07年03月14日(金)	令和07年03月15日(土)
朝	御飯 冬瓜とかつおのとりみ煮 畑菜のごま和え カルシウム牛乳	御飯 鶏と野菜の中華風炒め ほうれん草の和風和え カルシウム牛乳	御飯 厚揚げと冬瓜の治部煮 (ガ・リ)まぐろと冬瓜の治部煮 しろ菜の磯和え カルシウム牛乳	御飯 さつま芋のそぼろ炒め 大根の青さและ カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げと冬瓜の煮物 (リ)豆腐と冬瓜の煮物 ほうれん草の中華風味和え カルシウム牛乳	御飯 スクランブルエッグ カリフラワーサラダ カルシウム牛乳	御飯 茄子とピーマンの炒め物 白菜のゆず風味和え カルシウム牛乳
昼	キーマカレー ブロッコリーサラダ コッスル-ブ (玉葱・人参) フルーツ缶 (マンゴー) 	御飯 鶏のトマト煮 さつま芋サラダ コッスル-ブ (青梗菜・人参) ピーチムース	御飯 さばのおろしポン酢かけ きゃべつのサラダ みそ汁(白ネギ・人参) フルーツ缶 (白桃)	御飯 鶏肉のタルタル焼き ピーマンの甘酢和え みそ汁 (じゃが芋・白菜) ふりかけ (梅しそ)	御飯 さばの生薑醤油焼き 肉じゃが みそ汁(椎茸・葱) フルーツ缶(みかん)	<お誕生食> 赤飯 ぶりの漬け焼き しろ菜のごま和え お吸物 (小花麩・葱) フルーツ缶 (黄桃) 	御飯 揚げだし豆腐の野菜あんかけ (リ)豆腐の野菜あんかけ つみれとしろ菜の炒め物 (リ)えびしんじょとしろ菜の炒め物 みそ汁(里芋・人参)
おやつ	おやつ (どら焼き抹茶)	おやつ (クッキー)	おやつ (スィロ-ルいちご)	おやつ (水まんじゅう)	おやつ (黒糖饅頭)	おやつ (焼きドーナツ)	フルーツ缶(マンゴー)
夕	御飯 バサのバター醤油焼き 大根の炒め煮 茄子の中華和え みそ汁(きゃべつ・ピーマン)	御飯 中華風卵焼き 甘酢あんかけ 切干大根の炒め煮 カリフラワーのポン酢和え みそ汁 (白菜・じゃが芋)	御飯 鶏肉のはちみつほろろ 豆腐田楽 かぶのおかか和え みそ汁 (里芋・いんげん)	御飯 たらんポテト焼き なすの含め煮 畑菜の生姜和え お吸物(若布・葱)	御飯 鶏肉の照り焼き リーゼ-ジ とかぶのリー- (リ) ツナとかぶのソテー ブロッコリーのレモン風味サラダ みそ汁 (春菊・白ネギ)	御飯 鶏肉の磯部焼き ちくわと小松菜の煮物 (リ) つみれと小松菜の煮物 大根の和風和え みそ汁(畑菜・人参)	おやつ (炭酸饅頭) 御飯 たらんのさらさ蒸し かぼちゃの煮物 畑菜のおかか和え みそ汁(玉葱・青梗菜)
	令和07年03月16日(日)	令和07年03月17日(月)	令和07年03月18日(火)	令和07年03月19日(水)	令和07年03月20日(木)	令和07年03月21日(金)	令和07年03月22日(土)
朝	御飯 ツナとかぶのコンソメ煮 ほうれん草のサラダ カルシウム牛乳	御飯 じゃが芋とつみれの中華煮 小松菜の和風シーザーサラダ カルシウム牛乳	御飯 野菜炒め かぶの青さและ カルシウム牛乳	御飯 大根とかつおのとりみ煮 畑菜のごま和え カルシウム牛乳	御飯 鶏と野菜の中華風炒め かぶのポン酢和え カルシウム牛乳	御飯 厚揚げと大根の治部煮 (ガ・リ)まぐろと大根の治部煮 しろ菜の磯和え カルシウム牛乳	御飯 じゃが芋のそぼろ炒め カリフラワーサラダ カルシウム牛乳
昼	御飯 鮭の和風タルタルソース さつま芋の煮物 みそ汁(玉葱・ほうれん草) フルーツ缶 (白桃)	高菜チャーハン 焼き餃子 中華スープ(青梗菜・春雨) フルーツ缶(黄桃) おやつ (あんぱん)	御飯 鶏肉のクリーム煮 ブロッコリーサラダ コッスル-ブ (じゃが芋・いんげん) フルーツ缶(みかん)	肉うどん エビ風味焼売 ほうれん草のマヨ和え りんごムース 	御飯 牛肉と野菜の炒め物 ブロッコリーのシーザーサラダ コンソメスープ(玉葱・小松菜) フルーツ缶 (マンゴー)	御飯 ぶりの煮付け 冬瓜のピリ辛炒め みそ汁(大根の葉・きざみ揚げ) ふりかけ (たまご)	御飯 鶏肉のカレーマヨ焼き リーゼ-ジ と小松菜のリー- (リ)はんぺん和小松菜のソテー みそ汁 (玉葱・人参) フルーツ缶 (白桃)
おやつ	おやつ (どら焼きすんだ)	御飯	おやつ (チョコパイ)	おやつ (和のハ-ガ-抹茶)	おやつ (牡丹餅) 	おやつ (おかき)	おやつ (もみじまんじゅう)
夕	御飯 豚肉のにんにく醤油炒め 冬瓜の生姜煮 チンゲン菜のナムル みそ汁(春菊・じゃがいも)	たらん揚げ煮 (リ)たらん煮付け 大根の煮物 白菜の塩昆布和え みそ汁 (わかめ・白ネギ)	御飯 千草焼き 冬瓜の中華煮 青梗菜のおかか和え お吸い物(麩・ほうれん草)	御飯 さばの香味焼き さつま芋のレモン煮 茄子のお浸し みそ汁 (いんげん・玉葱)	御飯 揚げたらんのおろし煮 じゃが芋の塩バター煮 鯖缶と青梗菜の和え物 みそ汁(玉葱・白菜)	御飯 鶏肉のオニオンソースかけ かぼちゃのいとこ煮 茄子の生姜和え みそ汁(きゃべつ・ピーマン)	御飯 豆腐とえびのから味あん かぶの青のり炒め 白菜の梅和え 中華スープ (じゃが芋・ねぎ)

2025年3月献立 (3/23~3/31)

	日	月	火	水	木	金	土
	令和07年03月23日(日)	令和07年03月24日(月)	令和07年03月25日(火)	令和07年03月26日(水)	令和07年03月27日(木)	令和07年03月28日(金)	令和07年03月29日(土)
朝	御飯 さつま揚げと冬瓜の煮物 (リ) つみれと冬瓜の煮物 しろ菜の中華風味和え カルシウム牛乳	御飯 ツナとかぶのコンソメ煮 チンゲン菜サラダ カルシウム牛乳	御飯 茄子とピーマンの炒め物 白菜のゆず風味和え カルシウム牛乳	御飯 スクランブルエッグ ほうれん草のごまマヨ和え カルシウム牛乳	御飯 冬瓜とつみれの中華煮 小松菜のわさび和え カルシウム牛乳	御飯 野菜炒め ブロッコリーサラダ カルシウム牛乳	御飯 冬瓜とかつおのとろみ煮 畑菜のごま和え カルシウム牛乳
昼	御飯 鮭の葱みそ焼き 人参しりしり すまし汁(花麩・ほうれん草) フルーツ缶(黄桃)	ハヤシライス カリフラワーサラダ コーンスープ フルーツ缶(みかん) 	御飯 チキンの青のりピカタ かぶの和えもの みそ汁(玉葱・畑菜) フルーツ缶(マンゴー)	御飯 かれいの照り煮 高野豆腐と青梗菜の煮物 (リ) 豆腐と青梗菜の煮物 みそ汁(ほうれん草・おつゆ麩) ふりかけ(かつお)	御飯 鶏肉のパン粉焼き ラタトゥイユ ｺｯｸｽｰﾌﾟ(玉葱・畑菜) フルーツ缶(黄桃)	<郷土料理 佐賀県> 茶粥 さばの蒲焼 煮ごみ すまし汁(花麩・ほうれん草) いちご 	御飯 豚肉と野菜のオイスター炒め さつま芋のバター炒め みそ汁(ほうれん草・ピーマン) フルーツ缶(みかん)
おやつ	おやつ(バウムクーヘン)	おやつ(クリームパン)	おやつ(味噌饅頭)	おやつ(ドーナツ)	おやつ(和のパンケーキなご黒蜜)	おやつ(ドーナツ)	おやつ(きみしぐれ)
夕	御飯 豚肉の玉葱ソース炒め 鯖と野菜のトマト煮 ほうれん草の胡麻和え みそ汁(若芽・玉葱)	御飯 鶏肉のｼﾞﾙﾌﾞﾞﾝｽﾄｰﾌﾞ風 ブロッコリーソテー きゃべつのサラダ ｺｯｸｽｰﾌﾟ(じゃが芋・白菜)	御飯 鮭のムニエル さつま芋のレモン煮 大根サラダ みそ汁(じゃが芋・玉葱)	御飯 鶏肉のケチャップ焼き 里芋の炒り煮 カリフラワーのおかか和え みそ汁(玉葱・人参)	御飯 麻婆豆腐 肉焼売 かぶの中華サラダ 中華スープ(春雨・ねぎ)	御飯 鶏肉のにんにく醤油焼き 大根の生姜煮 ほうれん草のナムル みそ汁(玉葱・人参)	御飯 お好み焼き風卵焼き かぶの炒り煮 カリフラワーのイタリアンサラダ みそ汁(玉葱・人参)

	令和07年03月30日(日)	令和07年03月31日(月)					
朝	御飯 中華風炒め 大根の中華和え カルシウム牛乳	御飯 厚揚げと冬瓜の治部煮 (ガ・リ) 豆腐と冬瓜の治部煮 ほうれん草のおかか和え カルシウム牛乳					
昼	御飯 鶏肉と野菜のトマト煮込み ポテトサラダ ｺｯｸｽｰﾌﾟ(きゃべつ・人参) フルーツ缶(マンゴー)	とろろそば ちくわの磯辺揚げ (リ) メンチカツ しろなのマヨ和え フルーツ缶(白桃)					
おやつ	おやつ(アイロムカ)	おやつ(和のパンケーキなご黒蜜)					
夕	御飯 ハサの梅肉焼き きゃべつの甘酢和え 茄子のピリ辛炒め 味噌汁(卵・葱)	御飯 さばの塩麹焼き かぼちゃの甘煮 白菜のゆかり和え みそ汁(大根・うすまき麩)					

↑

今月のご当地メニューは
28日(金) 佐賀県 になります。