2026年3月献立　（3/1～3/7）

	日	月	火
	令和08年03月01日(日)	令和08年03月02日(月)	令和08年03月03日(火)
朝	御飯 厚揚げと大根の治部煮 （ガ・リ）かつおと大根の治部煮 畑菜の磯和え カルシウム牛乳	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
昼	御飯 フライ盛り合わせ ブロッコリーサラダ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ（じゃが芋･玉葱） ふりかけ（かつお）	御飯 たらの香味蒸し 冬瓜のごま煮 みそ汁(うずまき麩･白葱) フルーツ缶（黄桃）	＜行事食　ひな祭り＞ 桜海老御飯 天ぷら盛り合わせ 菜の花の白和え お吸物(大根の葉・花麩) フルーツ缶（マンゴー）
おやつ	おやつ（ｽｲｽﾛｰﾙいちご）	おやつ（ﾄﾞｰﾑｹｰｷﾁｮｺ）	おやつ（ﾄﾞｰﾑｹｰｷこしあん）
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)	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 すまし汁(里芋･小松菜)

	令和08年03月04日(水)	令和08年03月05日(木)	令和08年03月06日(金)	令和08年03月07日(土)
朝	御飯 スクランブルエッグ 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
昼	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 バサのみりん焼き ソーセージと畑菜のソテー （リ）カニカマと畑菜のソテー ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ（たまねぎ・にんじん） ふりかけ（梅しそ）	ふわっとたまご丼 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
おやつ	おやつ（吹雪まんじゅう）	おやつ（チョコパン）	おやつ（ｽｲｽﾛｰﾙﾊﾞﾆﾗ）	おやつ（どら焼きこしあん）
夕	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 鶏肉の照り焼き 豚肉と蓮根の炒め物 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)

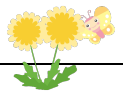
2026年3月献立（3/8～3/21）

	日	月	火	水	木	金	土
	令和08年03月08日(日)	令和08年03月09日(月)	令和08年03月10日(火)	令和08年03月11日(水)	令和08年03月12日(木)	令和08年03月13日(金)	令和08年03月14日(土)
朝	御飯 野菜炒め かぶの香味和え 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	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）ﾌｨｯｼｭﾎﾞｰﾙと冬瓜の治部煮 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 大根の青さ和え カルシウム牛乳	御飯 さつま揚げと冬瓜の煮物 （リ）はんぺんと冬瓜の煮物 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
昼	御飯 かれいのみそマヨ焼き しろなのサラダ お吸物(里芋･白ネギ) フルーツ缶（黄桃）	ひき肉のカレー ブロッコリーサラダ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ（玉葱・人参） フルーツ缶（マンゴー） 	御飯 鶏のトマト煮 さつまいもサラダ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ（青梗菜・人参） フルーツ缶(みかん)	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）	＜お誕生会＞ 赤飯 ぶりの照り煮 しろ菜のごま和え お吸物（小花麩・葱） ピーチムース 	御飯 さばの生姜醤油焼き じゃが芋の含め煮 みそ汁(椎茸･葱) フルーツ缶(みかん)
おやつ	おやつ(和のパンケーキ抹茶)	おやつ（どら焼き抹茶）	おやつ（バウムクーヘン）	おやつ（ｽｲｽﾛｰﾙいちご）	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）
夕	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）	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 （ガ・リ）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 豚肉のしぐれ煮 豆腐田楽 かぶのおかか和え みそ汁（里芋・いんげん）	御飯 たらのポテト焼き なすの含め煮 畑菜の生姜和え お吸物(若布･葱)	御飯 豆腐のうま塩煮 ソーセージとかぶのソテー （リ）かつおとかぶのソテー 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）カニカマと小松菜の煮物 大根の和風和え みそ汁(畑菜･人参)

	令和08年03月15日(日)	令和08年03月16日(月)	令和08年03月17日(火)	令和08年03月18日(水)	令和08年03月19日(木)	令和08年03月20日(金)	令和08年03月21日(土)
朝	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 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 小松菜のフレンチサラダ カルシウム牛乳	御飯 野菜炒め かぶの青さ和え カルシウム牛乳	御飯 大根とかつおのとろみ煮 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）豆腐しんじょうと大根の治部煮 しろ菜の磯和え カルシウム牛乳
昼	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 かつおとしろ菜の炒め物 みそ汁(里芋・人参) フルーツ缶(マンゴー)	御飯 鮭の和風タルタルソース さつまいもの煮物 みそ汁(玉葱・畑菜) フルーツ缶（白桃）	御飯 鶏肉のクリーム煮 ブロッコリーサラダ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ（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	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 かれいの煮付け 和風ポテトサラダ みそ汁(大根の葉・きざみ揚げ) ふりかけ（たまご）	御飯 豚肉と野菜の炒め物 ブロッコリーのフレンチサラダ コンソメスープ(かぶ・小松菜) フルーツ缶(黄桃)
おやつ	おやつ（炭酸饅頭）	おやつ（スイスロールﾓｶ）	おやつ（あんぱん）	おやつ（チョコパイ）	おやつ（スイスロールいちご）	おやつ（おはぎ）	おやつ（チョコクレープ）
夕	御飯 バサのさらさ焼き かぼちゃの煮物 畑菜のおかか和え みそ汁(玉葱・青梗菜)	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(葱・じゃがいも)	御飯 たらの揚げ煮 （リ）たらの煮物 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･かぶの葉)	御飯 さばの香味焼き 小松菜の炒め物 茄子のお浸し みそ汁（いんげん・白菜）	御飯 スペイン風オムレツ 冬瓜の塩バター煮 しろなのゴマドレ和え ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ（玉葱・かぶの葉）	御飯 白身魚のオニオンソースがけ かぼちゃのいとこ煮 茄子の生姜和え みそ汁(きゃべつ・畑菜)

2026年3月献立（3/22～3/31）

	日	月	火	水	木	金	土
	令和08年03月22日(日)	令和08年03月23日(月)	令和08年03月24日(火)	令和08年03月25日(水)	令和08年03月26日(木)	令和08年03月27日(金)	令和08年03月28日(土)
朝	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	御飯 さつま揚げと冬瓜の煮物 （リ）はんぺんと冬瓜の煮物 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
昼	御飯 鶏肉のカレーマヨ焼き ソーセージと小松菜のソテー （リ）かつおと小松菜のソテー みそ汁（玉葱・大根葉） フルーツ缶（白桃）	御飯 豚肉の玉葱ソース炒め 人参しりしり すまし汁(花麩･ほうれん草) フルーツ缶(黄桃)	 高菜チャーハン 焼き餃子 中華スープ(青梗菜･春雨) いちごムース 	御飯 豚肉の生姜焼き かぶの和えもの みそ汁（玉葱・畑菜） フルーツ缶(マンゴー)	あんかけ鶏南蛮そば ちくわの磯辺揚げ しろなのマヨ和え フルーツ缶（白桃）	＜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) フルーツ缶(みかん)	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(白菜･おつゆ麩) ふりかけ（かつお）
おやつ	おやつ（黒糖まんじゅう）	おやつ（スイスロール）	おやつ（クリームパン）	おやつ（味噌饅頭）	おやつ（バウムクーヘン）	おやつ（和のﾊﾟｿｹｰｷきなこ黒蜜）	おやつ（ﾄﾞｰﾑｹｰｷｶｽﾀｰﾄﾞ）
夕	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）	御飯 ホキの葱みそ焼き 鯖と野菜のトマト煮 ほうれん草の胡麻和え みそ汁(わかめ・玉葱)	御飯 鶏肉のケチャップ焼き ブロッコリーソテー きゃべつのサラダ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(じゃが芋・白菜)	御飯 たらのごまだれがらめ 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 赤魚のムニエル 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 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）

	令和08年03月29日(日)	令和08年03月30日(月)	令和08年03月31日(火)
朝	御飯 大根とかつおのとろみ煮 畑菜のごま和え カルシウム牛乳 	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）はんぺんと冬瓜の治部煮 ほうれん草のおかか和え カルシウム牛乳
昼	御飯 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・ﾋﾟｰﾏﾝ) フルーツ缶(みかん)	御飯 鶏肉と野菜のトマト煮込み ポテトサラダ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ（ｷｬﾍﾞﾂ・人参） フルーツ缶(マンゴー)	御飯 鶏肉のパン粉焼き ラタトゥイユ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(玉葱・畑菜) フルーツ缶（黄桃）
おやつ	おやつ（きみしぐれ）	おやつ（ｽｲｽﾛｰﾙﾓｶ）	おやつ（和のﾊﾟｿｹｰｷきなこ黒蜜）
夕	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）	御飯 バサの梅肉焼き きゃべつの甘酢和え 茄子のピリ辛炒め 味噌汁(卵･葱)	御飯 あじの塩レモン焼き 白菜の煮浸し かぼちゃのサラダ みそ汁(大根･うずまき麩)