



3月 献立



ディサービスせいかつCAN湯川

2日	3日	4日	5日	6日	7日
赤飯 ニシン照り煮 かぶのごま油炒め ぜんまいともやしのナムル 吸物	★行事食 ちらし寿司(小柱とちりめん昆布) 絹ごし揚げ煮 ツナマヨサラダ 吸物 和菓子	ご飯 さわら味噌煮 ひじき煮 ほうれん草の胡麻浸し 吸物 水ようかん	ミニ五目ご飯 ぶっかけきしめん あらびきチキンスティック フルーツ(白桃缶)	ご飯 ぶりみぞれ揚げ 白菜の煮びたし ごぼうサラダ 味噌汁	ご飯 肉団子和風うま煮 野菜入り炒り豆腐 ほうれん草のゆかり風味 味噌汁
9日	10日	11日	12日	13日	14日
ご飯 鶏肉の味噌だれ 白菜の中華風ミルク煮 さつま芋のサラダ 吸物	ご飯 サバ土佐煮 里芋の鶏そぼろあん キャベツサラダサウザン風 吸物	ミニ地鶏ご飯 関西風だしきつねうどん 麩の卵仕立て 杏仁豆腐	韓国風えび丼 ささみフライ うの花サラダ 中華スープ	ご飯 厚揚げと豚肉の中華仕立て 鶏レバーたれがらめ ピーマンナムル 吸物	かけるだけ!ミートドリア風 白菜と彩り野菜の塩煮 バニラムース コーンポタージュ
16日	17日	18日	19日	20日	21日
ご飯 メバル西京焼き さつま芋と豚肉の煮物 小松菜のかにかま和え 吸物	ご飯 十勝風豚皿 千切り野菜の煮物 白和え 味噌汁	ご飯 アジおろし煮 かぶと竹輪の含め煮 もやしの和え物 吸物	ミニ菜めし だし汁カレー蕎麦、たっぷり花かつおのせ かき揚げ 洋なし缶	筍ごはん 三角信田煮 なすの角煮添え いちごジャムヨーグルト 吸物	ご飯 チーズコロケ ほうれん草と玉子のソテー カリフラワーおかか和え 味噌汁
23日	24日	25日	26日	27日	28日
★行事食 ご飯 ハンバーグ 野菜のちゃんぽん風煮 おくらとひじきの和え物 コンソメスープ デザート	ご飯 白身魚の南蛮漬け おからと竹輪の炒り煮 根菜和風サラダ 味噌汁	ご飯 肉じゃが 海鮮水餃子 やみつきほうれん草 味噌汁	洋風鶏そぼろライス さつま芋と豆のハニーマスタード風味 りんご缶 人参のポタージュ	焼きそば おにぎり からし菜の和え物 フルーツミックス わかめスープ	ご飯 シルバー照り焼き かぼちゃのクリーミー仕立て 大豆とえんどう豆のサラダ 味噌汁
30日	31日				
ぶっかけ深川めし 甘辛鶏ごぼう きゅうりの青じそ風味 フルーツ(洋なし缶)	昆布とお抹茶ふりかけご飯 たぬきそば 野菜入り炒り玉子 マンゴープリン				