



3月

	令和03年03月01日(月)	令和03年03月02日(火)	令和03年03月03日(水)	令和03年03月04日(木)	令和03年03月05日(金)	令和03年03月06日(土)	令和03年03月07日(日)
朝	御飯 みそ汁(豆腐) 切干大根炒め煮 かつおみそ 牛乳	御飯 みそ汁(南瓜) オムレツ ふりかけ さけ 牛乳	御飯 みそ汁(小松菜) ほうれん草とベーコンの炒 金山寺みそ 牛乳	御飯 みそ汁(里芋) 厚揚げとオクラのそばろ ふりかけ たらこ 牛乳	御飯 みそ汁(キャベツ) 肉団子の柚子おろし いりこみそ 牛乳	御飯 みそ汁(モヤシ) なすの揚げびたし ふりかけ かつお 牛乳	御飯 みそ汁(白菜) 里芋のそばろ 減塩のり佃煮 牛乳
昼	御飯 鱈の葱みそ焼き 揚げ茄子の柚子風味 清汁(ハンペン) フルーツ(洋梨)	御飯 メバルの梅マヨ焼き ツナの青しそ風味和え 清汁(えびつみれ) フルーツ(黄桃缶)	桜ちらし 鱈の西京焼き えんどうごま和え 三色ようかん 清汁(かに茶巾) ピーチゼリー	かにチャーハン 白身フライ 中華スープ フルーツ(いちご)	おにぎり(ユカリ) 豚骨ラーメン 大徳寺和え フルーツ(バナナ)	御飯 豚肉のトマトソース煮 パンプキンサラダ コンソメスープ(キャベツ) フルーツ(マンゴー缶)	御飯 白身魚のチーズ焼き キャベツのからし和え オニオンスープ フルーツカクテル
おやつ	マドレーヌ	バームクーヘン	甘酒	さつまいもの甘煮	チーズケーキ	焼きドーナツ(豆乳)	クリームパン
夕	麦御飯 豚肉の醤油炒め 赤だし汁(おつゆ麩) 漬物(赤しその実漬)	御飯 鶏肉の治部煮 みそ汁(白菜) 漬物(千切沢庵)	御飯 揚げだしの五目あんかけ さつまい 漬物(ツホ)	御飯 チキンピカタ コンソメスープ(玉葱) 漬物(キュウリ・青)	御飯 たらのタルタル焼き 清汁(たけのこ) 漬物(しば)	御飯 鱈の生姜煮 みそ汁(おつゆ麩) 漬物(白菜)	御飯 すき焼き風煮 清汁(うずら) 野菜大豆煮



