



# 3月のきゅうしょく



## 3月のもくひょう 楽しく食事をしよう

1日 (水)




- ・米飯
- ・牛乳
- ・豆腐の味噌汁
- ・さわらの甘酢あんかけ
- ・香野菜のおかか炒め

2日 (木)




- ・黒糖パン
- ・牛乳
- ・ミートボールのトマトスープ
- ・青のりおひたし

3日 (金)




- ・ちらし寿司
- ・牛乳
- ・蓮根のはさみ揚げ
- ・菜の花の和え物
- ・ひしもち
- 【ひなまつりこんだて】

6日 (月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・旨煮
- ・切り干し大根のごま酢和え

7日 (火)



- ・バーガーパン
- ・牛乳
- ・アヒルツチヂウ
- ・白身魚フライ
- ・コールスロー

8日 (水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・あぶたま料
- ・小松菜の和え物

9日 (木)




- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・春キャベツのスープ
- ・カレーパンの具
- ・スライスチーズ

10日 (金)



- ・麦飯
- ・牛乳
- ・豚キムチの混ぜごはん
- ・トックスープ
- ・甘夏の缶詰

13日 (月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・厚揚げの煮物
- ・切り干し大根のさっぱり炒め
- ・みたらしだんご

14日 (火)



- ・コッペパン
- ・牛乳
- ・キャロットポタージュ
- ・スパニッシュオムレツ
- ・小松菜のソテー

15日 (水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・カツカレー
- ・スタッフえんどうのサラダ

16日 (木)



- ・ココアベビーパン
- ・牛乳
- ・若ごぼうの揚げたて
- ・おさかなナゲット
- ・コーンサラダ
- ・お祝いケーキ

20日 (月)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・玉ねぎの味噌汁
- ・落とし揚げ
- ・ひじきの炒め煮

22日 (水)



- ・米飯
- ・牛乳
- ・マーボー豆腐
- ・じゃがいもとツナのオイスター炒め

23日 (木)



- ・レーズンパン
- ・牛乳
- ・洋風含め煮
- ・鶏肉のバーベキューソース

