

日 1日	月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日	土 7日
トンテキ風炒め物 ほっけのバター醤油焼き 南瓜の煮物 ぜんまいのナムル みそ汁(白) フルーツポンチ 漬物	おろしハンバーグ 鮭の白味噌煮 金平ごぼう ポテトサラダ すまし汁 バナナ 漬物	お楽しみ食 	鶏肉の唐揚げ さわらのゆかり焼き さつま芋のレモン煮 ブロッコリーのピーナツ和え みそ汁(白) オレンジ(1/6) 漬物	千草玉子焼き 牛すじのどて煮 ぜんまいの煮物 小松菜としらすの和え物 すまし汁 いちごヨーグルト 漬物	麻婆豆腐 鶏肉の梅マヨ焼き カリフラワーのスープ煮 れんこんと水菜のサラダ 春雨スープ (ぶどう)ゼリー 漬物	ほっけの塩焼き 肉詰めピーマンフライ 和風スパンテー ほうれん草のなめ茸和え みそ汁(合わせ) 黄桃缶 漬物
8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
ぶりの照り焼き 煮豚 五目煮豆 なすの辛子和え みそ汁(白) りんご缶 漬物	鶏肉の味噌漬け焼き かれいの煮付け さつま揚げの煮物 マカロニサラダ ひじきご飯 みそ汁(赤) (オレンジ)ゼリー 漬物	あじのフライ 豚肉の野菜巻き ごぼうの炒り煮 もずくの和え物 すまし汁 キウイヨーグルト 漬物	赤魚の生姜煮 スペイン風オムレツ 蓮根のバター醤油炒め 大根とツナのポン酢和え みそ汁(白) バナナ 漬物	さばの塩焼き トンカツ 冬瓜のくずあんかけ カリフラワーのたらこマヨ和え かき玉汁 パイ缶 漬物	ポークカレーライス しらす丼 大根と鶏肉の煮物 コールスローサラダ わかめスープ ももヨーグルト	焼きうどん (選択メニューなし) 南瓜の含め煮 いんげんのごま和え みそ汁(白) オレンジ(1/6)
15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
鱈のきのこあんかけ 鶏団子と野菜の煮物 れんこんの金平 アスパラサラダ ワンタンスープ (いちご)ゼリー 漬物	鶏肉の青のりパン粉焼き さばの竜田揚げ そぼろ味噌じゃが オクラのなめ茸和え うすくず汁 洋なし缶 漬物	お誕生日会 	豚肉豆腐 白身魚のカレー風味焼き 山菜と角麩の煮物 ひじきと春雨のサラダ みそ汁(合わせ) フルーツ寒天 漬物	かき揚げ丼 牛丼 たけのこと鶏肉の炒り煮 ブロッコリーとツナのサラダ すまし汁 (青りんご)ゼリー	ほっけの西京焼き 豚キムチ炒め ぜんまいの炒り煮 南瓜のごま和え かき玉汁 バナナ 漬物	メンチカツ さんまの塩焼き さつま芋の煮物 和風オニオンスライス みそ汁(白) りんご缶 漬物
22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
さばの山椒焼き 牛肉の柳川煮 大根の塩炒め 豆のサラダ みそ汁(合わせ) フルーツ寒天 漬物	豚肉のねぎ塩炒め 白身フライ 外タルス 山菜と白はんぺんの煮物 カレースパゲティサラダ みそ汁(白) パイ缶 漬物	オリジナルカレー ビビンバ丼 シューマイ ハムサラダ とうもろこしのスープ オレンジ(1/6)	バンバンジー 豆腐ステーキ肉味噌かけ 根菜の炒り煮 いんげんのツナマヨ和え すまし汁 (コーヒー)ゼリー 漬物	バイキング 	鮭のバター醤油煮 ミートローフ ひじきの五目煮 菜花の辛子和え すまし汁 黄桃缶 漬物	鶏肉の治部煮 かれいのニラあんかけ 大根の炒め煮 ブロッコリーのオーロラ和え たぬき汁 バナナヨーグルト 漬物
29日	30日	31日	<div style="text-align: center;"> <h2>3月献立表</h2> <h1>庄内の里デイサービス</h1>    <p>★青色の文字が選択食となります。 ★お好きなメニューをお選びください。</p> </div>			
白身魚のピザ焼き 豚肉の焼肉炒め ごぼうと糸こんにゃくの煮物 白菜の塩昆布和え すまし汁 みかん缶 漬物	赤魚の煮付け 包まないシューマイ 若竹煮 ブロッコリーとマカロニのサラダ みそ汁(合わせ) 杏仁フルーツ 漬物	チキンカツ ほっけの塩焼き 南瓜のそぼろ煮 キャベツのしその実和え みそ汁(白) 洋なし缶 漬物				