

江古田の森 3月献立表

- ・おやつは提供のない事業所もあります(障害者支援施設：黄色)
- ・通所事業所：昼食のみの提供となります。 また開所日は各事業所の予定表をご覧ください
- ・発注等の関係により献立が変更となる場合があります

ロウケン1600(A)

日付	03月01日(日)	03月02日(月)	03月03日(火)	03月04日(水)	03月05日(木)	03月06日(金)	03月07日(土)
朝	御飯 ウインナーソー カリフラワーサラダ ふりかけ(しそ) みそ汁(さつま芋・大根菜) ジョア	御飯 がんもの煮物 二色和え のり佃煮 みそ汁(もやし・かぶ菜) 牛乳	御飯 さつま揚げとじゃが芋の炒め 大根のさっぱり和え ふりかけ(かつお) みそ汁(小松菜・えのき) 牛乳	御飯 和風スクランブルエッグ 白菜のお浸し えびみそ みそ汁(かぶ・しろな) 牛乳	御飯 ちくわの甘辛煮 畑菜のなめたけ和え ふりかけ(さけ) みそ汁(冬瓜・かぶ菜) 牛乳	御飯 チンゲン菜とベーコンの炒め物 納豆 たいみそ みそ汁(もやし・ワカメ) 牛乳	御飯 肉詰めいなりの煮物 ほうれん草のお浸し ふりかけ(たまご) みそ汁(じゃが芋・かぶ菜) 牛乳
昼	春のたまご丼 ほうれん草のピーナッツ和え フルーツ(オレンジ) お吸物(花麩・ねぎ)	御飯 さばの生姜煮 付)花人参・オクラ キャベツのゆかり和え フルーツ缶(パイナップル) みそ汁(油揚げ・ワカメ)	ひな祭り寿司 菜の花の辛子和え ヨーグルトデザート 茶碗蒸し	御飯 ほっけの塩麹焼き 付)ほうれん草 ひじきの煮物 フルーツ(オレンジ) みそ汁(玉葱・うずまき麩)	御飯 豚肉のトマトソース トマトソース 付)アスパラ ホテのコンソメ煮 フルーツ(バナナ) コーンポタージュスープ	御飯 鶏肉の梅肉焼き 付)金平ごぼう 菜の花のくるみ和え フルーツ缶(黄桃) お吸物(豆腐・貝割)	御飯 かれいの焼き浸し 付)小松菜 なすの炒め物 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(大根・ねぎ)
昼間	和のパンケーキ(黒糖)	たいやき	◎ひなまつり饅頭	もものタルト	どら焼き(カスタード)	ココアの実	今川焼き(こしあん)
夕	御飯 さわらの漬焼き 付)スナップエンドウ 筍と鶏肉の煮物 フルーツ缶(黄桃) 香の物(桜だいいん)	御飯 鶏肉のごまみそ焼き 付)ピーマン 里芋とちくわの含め煮 フルーツ(バナナ) もずくときゅうりの酢の物	御飯 豆腐ハンバーグ テリヤキソース 付)人参グラッセ・パスタ れんこんきんぴら ブロッコリーとツナのサラダ フルーツ缶(白桃)	御飯 チキンのカレーグリン 付)いんげん 茄子のトマト煮 マカロニサラダ フルーツ缶(キウイ)	御飯 かにかま入り卵焼き 付)スナップエンドウ 鶏肉と大根のオイスター煮 フルーツ缶(りんご) 香の物(青しその実漬)	御飯 赤魚の西京焼き 付)オクラ さつま芋と昆布の煮物 白菜のゆず醤油和え フルーツ(パイナップル)	御飯 豚肉の玉葱ソース炒め ふきのおかか煮 キャベツと沢庵の和え物 フルーツ(オレンジ)
日付	03月08日(日)	03月09日(月)	03月10日(火)	03月11日(水)	03月12日(木)	03月13日(金)	03月14日(土)
朝	御飯 ミートボール 付)畑菜 オクラのホーン酢和え のり佃煮 みそ汁(玉葱・うずまき麩) 牛乳	御飯 つみれと里芋の煮物 しろなのごま和え ふりかけ(かつお) みそ汁(大根・ワカメ) 牛乳	御飯 卵とじ カリフラワーサラダ 金山寺みそ みそ汁(冬瓜・畑菜) 牛乳	御飯 厚揚げの治部煮 チンゲン菜とちくわの和え物 ふりかけ(しそ) みそ汁(里芋・大根菜) 牛乳	御飯 ウインナーとかぶのポトフ ブロッコリーの和風和え うめびしお みそ汁(豆腐・ねぎ) ジョア	御飯 厚焼き卵 付)スナップエンドウ オクラとえのきの和え物 ふりかけ(さけ) みそ汁(チンゲン菜・油揚げ) 牛乳	御飯 がんもの含め煮 白菜の塩昆布和え たいみそ みそ汁(しめじ・ねぎ) 牛乳
昼	御飯 麻婆豆腐 春雨サラダ フルーツ(パイナップル) 中華スープ(もやし・大根菜)	御飯 豚肉ときのこの炒め物 キャベツのサラダ フルーツ缶(キウイ) みそ汁(ほうれん草・油揚げ)	御飯 ・さばの味噌煮 付)オクラ 小松菜の磯和え フルーツ缶(ミックス) お吸物(うずまき麩・貝割)	御飯 ふくさ焼き 付)いんげん 大根と油揚げの煮物 フルーツ(バナナ) みそ汁(しろな・えのき)	御飯 あじの生姜煮 付)小松菜 れんこん金平 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(玉葱・ワカメ)	御飯 牛すき煮 じゃが芋のたらこ炒め フルーツ缶(パイナップル) みそ汁(もやし・かぶ菜)	御飯 白身魚の菜種焼き 付)いんげん 若竹煮 フルーツ(オレンジ) みそ汁(畑菜・うずまき麩)
昼間	エクレー	りんごのタルト	蒸しパン(チーズ)	黒糖まんじゅう	ドーナッツ(豆乳)	人形焼き	カスタードケーキ
夕	御飯 マハルの煮付け 付)かぶ・花人参 卵の花 青菜と桜えびの和え物 フルーツ缶(りんご)	御飯 さわらの香味焼き 付)いんげん 白菜と鶏肉の旨煮 フルーツ(オレンジ) 昆布豆	御飯 鶏肉のケチャップ焼き 付)スナップエンドウ ジャーマンポテト フルーツ(メロン) ピクルス	御飯 ますの照り焼き 付)そら豆 なすの煮浸し フルーツ(パイナップル) フルーツ缶(黄桃)	御飯 回鍋肉 えび焼売 ほうれん草としめじの和え物 フルーツ(オレンジ)	御飯 赤魚の塩麹焼き 付)しろな 冬瓜のそぼろがけ フルーツ缶(キウイ) 香の物(しば漬)	御飯 ハンバーグ 付)野菜ソテー 切干大根の炒め煮 フルーツ缶(りんご) 香の物(つぼ漬)
日付	03月15日(日)	03月16日(月)	03月17日(火)	03月18日(水)	03月19日(木)	03月20日(金)	03月21日(土)
朝	御飯 ・いわしの煮つけ カリフラワーのごま醤油和え ふりかけ(たまご) みそ汁(ほうれん草・おつゆ麩) 牛乳	御飯 和風スクランブルエッグ 小松菜のお浸し 金山寺みそ みそ汁(もやし・ワカメ) 牛乳	御飯 厚揚げの甘辛煮 しろなとしめじの和え物 ふりかけ(たらこ) みそ汁(さつま芋・かぶ菜) 牛乳	御飯 切干大根の炒め煮 マカロニサラダ たいみそ みそ汁(小松菜・うずまき麩) ジョア	御飯 さつま揚げと里芋の煮物 ほうれん草の白和え ふりかけ(かつお) みそ汁(玉葱・ワカメ) 牛乳	御飯 じゃが芋とツナの炒め物 しろなのお浸し のり佃煮 みそ汁(白菜・油揚げ) 牛乳	御飯 豆腐チャンプル ブロッコリーのゆず醤油和え ふりかけ(しそ) みそ汁(さつま芋・大根菜) 牛乳
昼	御飯 ホーカレー コールスローサラダ フルーチェ(いちご) 香の物(福神漬)	御飯 ますのバター醤油焼き 付)そら豆 白菜の煮浸し フルーツ(バナナ) みそ汁(大根・大根菜)	えびピラフ 照り焼きチキン 付)スナップエンドウ カリフラワーサラダ フルーツ缶(りんご) コンソメスープ(ほうれん草・玉葱)	御飯 さばのみそ焼き 付)人参きんぴら 二色和え フルーツ(パイナップル) お吸物(豆腐・ねぎ)	御飯 鶏肉のごま醤油焼き 付)いんげん マカロニサラダ フルーツ(オレンジ) みそ汁(もやし・畑菜)	御飯 ぶりの幽庵焼き 付)大根おろし 菜の花の錦糸和え フルーツ缶(ミックス) お吸物(花麩・貝割)	御飯 ブルコギ ほうれん草ともやしのナムル フルーツ(バナナ) 中華スープ(春雨・ワカメ)
昼間	カステラ	ドーナッツ(チョコ)	今川焼き(カスタード)	ドームケーキ(カスタード)	吹雪まんじゅう	◎どちあいかのモンブラン	酒まんじゅう
夕	御飯 白身魚のムニエル 付)スナップエンドウ かぶの信田煮 菜の花の酢みそ和え フルーツ缶(パイナップル)	御飯 松風焼き 付)いんげん なすの炒め物 フルーツ缶(みかん) 浅漬(きゅうり)	御飯 ほっけの照り焼き 付)畑菜 ひじきの煮物 長芋とろろ フルーツ缶(キウイ)	御飯 豚肉の生姜焼き 付)ブロッコリー ちくわとかぶの煮物 フルーツ缶(マンゴー) 昆布佃煮	御飯 黄金かれいの煮付け 付)オクラ 豚肉と大根の炒め物 香の物(赤しその実漬) フルーツ缶(白桃)	御飯 豚肉の玉葱ソースかけ たれ) 付)ピーマン なすの煮物 フルーツ(メロン) 香の物(つぼ漬)	御飯 あじの香味焼き 付)小松菜 冬瓜のくずあんかけ フルーツ缶(黄桃) もずく酢
日付	03月22日(日)	03月23日(月)	03月24日(火)	03月25日(水)	03月26日(木)	03月27日(金)	03月28日(土)
朝	御飯 だし巻卵 付)うぐいす豆 白菜のお浸し たいみそ みそ汁(大根・しめじ) 牛乳	御飯 肉詰めいなりの煮物 ほうれん草の磯和え ふりかけ(さけ) みそ汁(もやし・うずまき麩) 牛乳	御飯 焼き豆腐と大根の煮物 チンゲン菜とえのきのお浸し うめびしお みそ汁(里芋・ワカメ) 牛乳	御飯 野菜つみれの煮物 小松菜と揚げの和え物 ふりかけ(かつお) みそ汁(玉葱・椎茸) 牛乳	御飯 大根とちくわの含め煮 タコサラダ 金山寺みそ みそ汁(さつま芋・貝割) 牛乳	御飯 野菜炒め カリフラワーの和風サラダ ふりかけ(たまご) みそ汁(もやし・油揚げ) ジョア	御飯 がんもの煮物 白菜と青菜のお浸し のり佃煮 みそ汁(大根・大根菜) 牛乳
昼	御飯 黒むつ照り焼き 付)里芋・花人参 畑菜のなめたけ和え フルーツ(オレンジ) みそ汁(油揚げ・かぶ菜)	御飯 鶏南蛮うどん かぶとさつま揚げの煮物 卵豆腐	御飯 マハルの生姜煮 付)いんげん・花麩 ブロッコリーとえびの和え物 フルーツ缶(マンゴー) みそ汁(冬瓜・貝割)	御飯 牛肉のしぐれ煮 なすの炒め物 フルーツ(バナナ) みそ汁(白菜・ねぎ)	御飯 揚げ鶏の香味ソース 香味ソース 付)スナップエンドウ 南瓜のごま和え フルーツ缶(りんご) みそ汁(ほうれん草・うずまき麩)	御飯 ほっけのねぎ醤油焼き 付)小松菜 高野豆腐の含め煮 フルーツ(パイナップル) みそ汁(玉葱・ワカメ)	御飯 豚肉と野菜の中華炒め ブロッコリーサラダ フルーツ缶(ミックス) 中華スープ(しろな・春雨)
昼間	スイートポテト	どら焼き(ずんだ)	シュークリーム	◎さくらゼリー	ドームケーキ(チョコ)	たいやき	焼きプリンタルト
夕	御飯 鶏肉のみそマヨネーズ焼き 付)いんげん かぼちゃの煮物 フルーツ缶(りんご) きゅうりの生姜醤油和え	御飯 さばの南部焼き 付)しろな 肉じゃが フルーツ(パイナップル) 香の物(しば漬)	御飯 豚肉とピーマンのオイスターソース炒め かに焼売 付)アスパラ じゃが芋のカレー炒め フルーツ缶(パイナップル) カリフラワーサラダ	御飯 白身魚のトマトソース トマトソース 付)アスパラ キャベツの炒め物 フルーツ(オレンジ) 昆布佃煮	御飯 あじの塩麹焼き 付)オクラ・花人参 チンゲン菜の炒め物 フルーツ(オレンジ) 昆布佃煮	御飯 ミートローフ ソース) 付)いんげん かぶのコンソメ煮 フルーツ缶(黄桃) 香の物(桜だいいん)	御飯 さわらの山椒焼き 付)そら豆 卵の花 フルーツ缶(キウイ) 筍のおかか和え
日付	03月29日(日)	03月30日(月)	03月31日(火)	麵禁: 03月23日(月)		障害: 3月19日	
朝	御飯 和風ミートボール 付)玉葱 畑菜の磯和え ふりかけ(かつお) みそ汁(えのき・かぶ菜) 牛乳	御飯 炒り豆腐 チンゲン菜のごま醤油和え うめびしお みそ汁(じゃが芋・玉葱) 牛乳	食パン・ジャム スクランブルエッグ カリフラワーのレモンサラダ コンソメスープ(畑菜・えのき) ジョア				
昼	御飯 ライニ種盛り ソース) 付)キャベツ 冬瓜のくず煮 フルーツ(パイナップル) みそ汁(もやし・うずまき麩)	麦飯 ますの西京焼き 付)菜の花・花麩 さつま揚げといんげんの炒め フルーツ缶(マンゴー) お吸物(しめじ・貝割)	きつねそば 天ぷら二種盛り 付)オクラ 白菜のゆかり和え フルーツ缶(黄桃)	御飯 鶏の炭火焼き かぶとさつま揚げの煮物 卵豆腐 麵禁: みそ汁(畑菜・油揚げ)		御飯 天ぷら二種盛り 付)オクラ 白菜のゆかり和え フルーツ缶(黄桃) 麵禁: みそ汁(ほうれん草・油揚げ)	
昼間	マドレーヌ	ストロベリーカスタードタルト	きみしぐれ			◎どちあいかのモンブラン	
夕	御飯 親子煮 きんぴらごぼう ほうれん草とかまの和え物 フルーツ缶(白桃)	御飯 豚肉と野菜の甘辛炒め 里芋の含め煮 フルーツ(オレンジ) 香の物(青しその実漬)	御飯 さばの照り焼き 付)甘酢生姜 ひじきの煮物 フルーツ(パイナップル) 浅漬(キャベツ)				