

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和8年 3月 [デイサービス]

	2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)	7 (土)
昼食	赤飯 (お誕生日会) 天ぷら盛り合わせ (天つゆ) 茶碗蒸し フルーツ (いちご) 赤だし汁 (豆腐)	◎桃の節句 ちらし寿司 刺身盛り合わせ (小鉢) すまし汁 (春菊) 手作り水ようかん (もも)	ごはん 鶏肉の山椒焼き 切干大根の炒め煮 ほうれん草の酢味噌和え すまし汁 (冬瓜) 香の物	ごはん 鯖の胡麻照り焼き 里芋の田楽 インゲンの生姜和え すまし汁 (花ふ) 香の物	若芽ごはん (ミニ) 塩焼きそば かぶの煮物 青梗菜の胡麻和え みそ汁 (豆腐) 肉団子	ごはん 鶏のやみつきカレー・チービカタ 青梗菜の炒め物 ヨーグルト スープ (オクラ) 香の物
昼間食	デザート(黒ごまブリの和スイーツ) 紅茶	やわらかおかき きなこ味 甘酒	ミニカスタードデニッシュ 紅茶	さつま芋のおはぎ	ドーナツ (チョコ) 紅茶	厚切りカットパウム 紅茶
	9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (金)	14 (土)
昼食	ごはん ハンバーグ 和風オニオンス 蓮根の梅鯉煮 菜の花の辛子和え みそ汁 (里芋) 香の物	もち麦ごはん 鶏肉のねぎソース焼き もやしのソテー ブロッコリーのサラダ みそ汁 (冬瓜) きなこバナナヨーグルト	ごはん 鯖の塩焼き じゃが芋の金平風 オクラのおかか和え みそ汁 (豆腐) 白いんげん豆	ふりかけごはん (ミニ) アサリかきたまうどん インゲンとさつま揚げの炒めもの 白菜の甘酢和え 野菜かき揚げ (2ヶ)	ごはん 筑前煮 ビーフン炒め 春菊の和え物 みそ汁 (卵) 香の物	オムライス・ホワイトソース ごぼうのガーリックバター フルーツ寒天 スープ (クルトン) ミニコロッケ
昼間食	手づくりフルーツゼリー	おしるこ (白玉団子2個) 塩昆布	カステラ 紅茶	ムースエクレア 紅茶	しっとり饅頭 (吹雪)	バニラババロア 紅茶
	16 (月)	17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)	21 (土)
昼食	ごはん (ミニ) お好み焼き ほうれん草の胡麻炒め 春雨の青じそ風味 みそ汁 (玉ねぎ) 香の物	もち麦ごはん (ミニ) 青森県みそか牛乳7-7 にらと卵の炒め物 青梗菜の中華風和え マンゴープリン	ごはん 鶏のはちみつ味噌焼き かぶの信田煮 白菜の辛子和え すまし汁 (菜の花) 香の物	ごはん 豚肉のケチャップ炒め ジャーマンポテト ヨーグルト スープ (加777) 香の物	海鮮ちらし寿司 ごぼうの炒め煮 赤だし汁 (豆腐)	ごはん 鰹の香味焼き 高野の卵とじ ビーフンのサラダ みそ汁 (小松菜) 香の物
昼間食	しっとりどら焼き (ずんだ)	ミニミルクチョコ 紅茶	レモンケーキ 紅茶	フレンチトースト 紅茶	おはぎ (春分の日)	ドーナツ 紅茶
	23 (月)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)	28 (土)
昼食	若芽ごはん (ミニ) 肉そば 厚揚げの煮物 もやしの酢の物 竹輪の磯辺揚げ	もち麦ごはん 鱈の甘酢ソース ひじきと大豆の炒り煮 白菜のお浸し みそ汁 (里芋) 長芋とろろ	ごはん 鶏のバーベキューソース もやしの炒めもの ポテトサラダ スープ (冬瓜) 香の物	ごはん アジフライ 豆腐の煮物 オクラのおかか和え みそ汁 (南瓜) 香の物	チキンカレーライス 菜の花のソテー フルーツヨーグルト スープ (もやし) ミニオムレツ	ゆかりごはん 桜えびのクリームコロッケ がんもの煮物 小松菜の和風和え みそ汁 (里芋) 香の物
昼間食	パンケーキ (メープル) 紅茶	黒糖まんじゅう	お豆腐白玉のフルーツボンチ	バナナのパンディング 紅茶	ドームケーキ(ｶｽﾀｰﾄﾞ) 紅茶	ミニたい焼き
	30 (月)	31 (火)				
昼食	ゆかりごはん 豆腐グラタン マカロニソテー 青菜のレモン醤油和え スープ (卵) 香の物	◎お楽しみ食 菜めし 天ぷらとかき揚げ盛り合わせ (抹茶塩) まぐろの山かけ 茶碗蒸し				
昼間食	厚切りチョコパウム 紅茶	和のパンケーキ 紅茶				

*都合により献立を変更することがあります。