



今月の献立表



【デイサービス】

2020年3月

	2	3	4	5	6	7
昼食	ご飯 油淋鶏 添え(トマト) ほうれん草のサラダ 中華スープ マカロニのツナ和え 豆腐の味噌煮 果物(マンゴー)	ひな祭り 散らし寿司 煮しめ すまし汁(菜の花) 錦糸卵のえびしんじょう ツナサラダ いちご	ご飯 魚の梅焼き 添え(ほうれん草) わかめとかにのサラダ 根菜味噌汁 なすの田楽 れんこんの辛子マヨ和え バナナ	おにぎり きのこあんかけきしめん ゆで卵のサラダ ブロッコリーの胡桃和え さつま芋の甘露煮 果物(マンゴー)	ご飯 鶏の照り焼 添え(ピーマン) きゅうりのさっぱり和え すまし汁(そうめん) 二郎卵 ちくわのピーナツ和え オレンジ	手作りパンの日 
	9	10	11	12	13	14
昼食	ご飯 鶏の治部煮 添え(人参) ほうれん草の白和え 沢煮梅 玉ねぎのマリネ ピーマンのケチャップ炒め 果物(洋梨)	チキンカレー 大豆のサラダ 野菜ジュース キャベツのゆかり和え ほうれん草のチーズ炒め みかん	ご飯 魚のピリ辛焼き 添え(ごぼう) ツナと人参のマリネ 鶏汁 トマトの酢の物 豆腐の柚子味噌焼き 果物(オレンジ)	ご飯 魚の味噌漬焼 添え(はじかみ) 切干大根のサラダ のっぺい汁 ピーマンのくるみ和え じゃが芋のカレー煮 果物(キウイ)	ご飯 鶏のマーマレード焼 添え(マッシュポテト) 海の幸サラダ コーンのスープ 青梗菜のクリーム煮 きのこの胡麻よごし 白桃	根菜の肉みそ丼 青梗菜のおかか和え すまし汁(もずく) オープンオムレツ たらこスパゲッティ 果物(バナナ)
	16	17	18	19	20	21
昼食	ご飯 鶏の明太マヨ焼き 添え(サツマイモ) 春キャベツの甘酢和え つみれ汁 大根サラダ 小松菜のソテー リンゴの赤ワイン煮	ご飯 グリルチキンの生姜マヨソース 添え(インゲン) わかめとかにの和え物 かき玉汁 黄桃 さつま芋の甘煮 ピーマンのなめたけ和え	ご飯 豚肉のカレー炒め ソーセージのサラダ にゅうめん ブロッコリーのマリネ 豆腐のおかかまぶし焼き 果物(キウイ)	ご飯 魚のたれ焼き 添え(ナス、人参) 南瓜の甘酢和え かにと卵のスープ 白菜のおかか和え ちくわのマヨサラダ 洋なし	ご飯 魚の揚げ浸し 添え(絹さや) 蒸し鶏の梅肉和え 吉野汁 ブロッコリーの酢味噌和え ピリ辛こんにゃく 果物(黄桃)	ご飯 鶏のバジルチーズ焼き 添え(ピーマン) ミモザサラダ 人参ポタージュ 南瓜のごま味噌和え ほうれん草の中華炒め 果物(オレンジ)
	23	24	25	26	27	28
昼食	ご飯 鮭のはちみつ照り焼き 添え(キャベツ) もやしときゅうりのナムル 具沢山味噌汁 里芋のマヨネーズ焼き アスパラのごま和え バナナ	ご飯 鶏のたれ焼 添え(トマト) かにスパサラダ 卵スープ キャベツの酢の物 いんげんのピーナツバター和 オレンジ	ご飯 魚のごまピカタ 添え(サラダ菜) ドレッシングサラダ チキンオニオンスープ 南瓜のかにあんかけ ほうれん草のもろみ和え マンゴー	ご飯 麻婆豆腐 酢の物 コーンのスープ 魚の照り焼き 南瓜のはちみつ煮 りんごの甘煮	ご飯 魚の煮付け 添え(ほうれん草) ぜんまいのナムル すまし汁(花麴) ブロッコリーの辛子和え 茄子のねぎ味噌焼き 果物(バナナ)	ご飯 魚のポテト焼き 添え(人参のコンソメ) 大根なます すまし汁(ささみ) 豆腐の煮物 南瓜の柚子胡椒炒め 果物(キウイ)
	30	31	<p>※都合によりメニューを変更する場合がございます。 ※赤字はおすすめメニューです。</p> 			
昼食	ご飯 豚のピリ辛炒め くるみと和え かき玉汁 きのこの味噌煮 マスタードサラダ 洋なし	ご飯 魚のムニエル塩昆布ソース 添え(ブロッコリー) ほうれん草のサラダ マカロニスープ 牛蒡の煮物 大根の辛子和え びわ				

皆さんこんにちは。

時が経つは早いもので、今年度も最後の月となりました。
新年度に向けた準備など色々と忙しい月になりますが、規則正しい生活を心掛け体調を崩さないよう注意したい
ものです。

さて、今月は女の子が主役の行事『ひな祭り』がありますが、私たちの施設でも毎年玄関口に大きな雛人形が飾
られます。栄養課では3日の日は『散らし寿司』と、おやつには菱形の3色ゼリーを召し上がって頂く予定です。
いつもと少し違った雰囲気の中、美味しく召し上がって頂ければ幸いです。

栄養士 江原

