

献立表 2025年3月(ケアセンター栄町)

～B級グルメ月間～

	月	火	水	木	金	土
						3月1日 ごはん 味噌汁(キャベツ) 照り焼きつくね 五目豆 小松菜の煮浸し 杏仁豆腐
昼食	3月3日 【ひなまつり】ちらし寿司 すまし汁(あさり、みつば) 鯖のゆず風味焼き 菜の花辛子和え 果物(りんご缶)	3月4日 福井:ソースカツ丼 味噌汁(里芋) 厚揚げ田楽 ブロッコリーのツナサラダ 果物(パイン缶)	3月5日 ごはん 味噌汁(卵、みつば) 鯡の胡麻マヨ焼き 大根の深川煮 オクラの塩昆布和え ぶどうゼリー	3月6日 ごはん 味噌汁(わかめ、葱) 焼き鳥風ソテー 青梗菜とコーンの炒め物 いんげんのピーナツ和え ブルーベリーヨーグルト	3月7日 肉うどん じゃが芋とウインナーのソテー 味噌ごはん	3月8日 ごはん すまし汁(麩、大根葉) 鯡の葱味噌焼き 切干大根の炒め煮 南瓜のごま和え 青りんごゼリー
昼食	3月10日 富良野:オムカレー コンソメスープ(キャベツ) 小松菜のツナ和え 果物(洋梨缶)	3月11日 ごはん 味噌汁(ほうれん草) 赤魚の青のり焼き ビーフンソテー オクラの梅風味和え いちごゼリー	3月12日 ごはん 味噌汁(大根) 鶏肉のカレー風ソテー キャベツの中華炒め カリフラワーの胡麻ドレ和え バニラババロア	3月13日 ごはん 味噌汁(えのき、人参) 豚肉と葱の塩炒め 豆腐と春菊のさっと煮 茄子の和風和え デザートムース(ぶどう)	3月14日 ごはん 味噌汁(白菜) 鯖の煮付け 南瓜コロケ もやしと大豆のナムル 果物(黄桃缶)	3月15日 ごはん 味噌汁(ほうれん草) 豚肉のスタミナ炒め ふきの白煮 キャベツとハムのサラダ 果物(オレンジ)
昼食	3月17日 ごはん 味噌汁(高野豆腐、葱) フライ盛り合わせ(鮭、海老かつ) ポテトクリーム煮 菜の花の酢味噌がけ ミルクデザート(ピーチ)	3月18日 五目そば 南瓜サラダ 味噌ごはん	3月19日 ごはん 味噌汁(キャベツ) 鯉香味焼 春雨と挽肉の中華炒め 春菊の白和え 青りんごゼリー	3月20日 【春分の日】菜飯 けんちん汁 鶏肉の胡麻みそ焼き ほうれん草生姜和え 果物(みかん缶)	3月21日 福岡:豚骨ラーメン さつま芋のバター煮 味噌ごはん	3月22日 ごはん 味噌汁(もやし) 鶏肉の甘辛炒め はんぺんフライ 春菊の胡麻和え プリン
昼食	3月24日 ごはん すまし汁(卵、貝割れ) 鯡のゆず味噌ソース 大根の炒め煮 菜の花のかにかま和え 果物(オレンジ)	3月25日 ごはん 味噌汁(わかめ、葱) 豚肉の塩麹炒め 茄子の煮浸し 玉葱のおかか和え いちごヨーグルト	3月26日 醤油ラーメン 焼売 味噌ごはん	3月27日 ごはん 味噌汁(茄子) 鯖の照り焼き じゃが芋のそぼろ煮 白菜のしらす和え ぶどうゼリー	3月28日 ごはん すまし汁(麩、葱) 豚肉の味噌炒め コロケ ほうれん草の酢醤油和え 果物(バナナ)	3月29日 沖縄:タコライス もずくスープ 海鮮焼売 胡瓜と大豆のフレンチサラダ 果物(洋梨缶)
昼食	3月31日 ごはん 味噌汁(冬瓜) 鶏肉のごまだれ焼き ジャーマンポテト 菜の花のだし醤油和え オレンジゼリー					

※仕入の状況により献立が変更になる場合がございます。



COOP コープフーズ株式会社
SAPPORO



@トドック