

3月

10日はきく組、うめ組のクッキングです

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
2	木	カレーピラフ	ご飯 焼豚 しめじ 人参 玉葱 エリンギ ピーマン コンソメ 濃口しょうゆ バター カレー粉	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		ごぼうサラダ コンソメスープ フルーツ	ツナ 鶏挽肉 人参 ごぼう 胡瓜 コーン マヨネーズ 豚肉 大根 わかめ しめじ 人参 ほうれんそう コンソメ バナナ		
3	金	ちらし寿司	ご飯 しらす干し 人参 干し椎茸 筍 れんこん 錦糸卵 すしのこ すし酢	クロレラ ひなサンドケーキ	クロレラ ひなサンドケーキ
		チキン南蛮 ツナサラダ 清汁	鶏肉 濃口しょうゆ 砂糖 酢 マヨネーズ 揚げ油 ツナ キャベツ コーン 胡瓜 人参 濃口しょうゆ 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
4	土	親子丼	ご飯 鶏肉 人参 玉葱 しめじ 卵 葱 だしの素 濃口しょうゆ みりん	お菓子	お菓子
		味噌汁 フルーツ	大根 人参 しめじ ほうれんそう 豆腐 わかめ だしの素 味噌 りんご		
6	月	ご飯 チーズナゲット 大豆カレー かき玉汁	ご飯 鶏挽肉 豆腐 チーズ コンソメ パン粉 卵 牛挽肉 豚挽肉 大豆 人参 玉葱 いんげん コーン カレールウ 人参 大根 わかめ 南瓜 玉葱 しめじ 卵 だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 マドレーヌ	牛乳 マドレーヌ
		7	火		
8	水	ご飯 鱈の竜田揚げ ひじきのかわり煮 味噌汁	ご飯 鱈 濃口しょうゆ 砂糖 揚げ油 ひじき ツナ 人参 玉葱 いんげん チンゲン菜 コーン コンソメ 砂糖 大根 人参 しめじ ほうれんそう 豆腐 わかめ だしの素 味噌	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		9	木		

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

3月

10日はきく組、うめ組のクッキングです

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
10	金	ご飯 カレイのきのこあんかけ 牛肉と春雨の炒め物 清汁	ご飯 カレイ しめじ えのき 葱 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 牛肉 春雨 人参 玉葱 いんげん 濃口しょうゆ 砂糖 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 ウィンナーロール	牛乳 パイシート ウィンナー
11	土	ハヤシライス コンソメスープ フルーツ	ご飯 牛肉 人参 いんげん 玉葱 マッシュルーム ハヤシルウ 大根 わかめ 豆腐 人参 ほうれんそう ごぼう コンソメ りんご	お菓子	お菓子
13	月	パン 鮭のから揚げ タルタルソース キッシュ 豚汁	クリームエスカルゴ 鮭 玉葱 卵 マヨネーズ 揚げ油 卵 玉葱 ベーコン ブロッコリー エリンギ チーズ コンソメ 豚肉 わかめ 大根 ほうれんそう ジャガ芋 人参 だしの素 味噌	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
14	火	ご飯 もち米シューマイ 人参の白和え かき玉スープ	ご飯 豚挽肉 椎茸 筍 玉葱 ウェイパー もち米 人参 れんこん コーン いんげん 豆腐 濃口しょうゆ 砂糖 みりん 豚肉 人参 大根 わかめ 南瓜 しめじ 卵 ウェイパー	牛乳 ブルーチェ	牛乳 ブルーチェの素 牛乳
15	水	ちゃんぽん麺 ブロッコリーサラダ フルーツ	中華麺 豚肉 人参 玉葱 キャベツ チンゲン菜 ウェイパー 濃口しょうゆ 鶏挽肉 ブロッコリー 玉葱 卵 人参 ホタテ コンソメ マヨネーズ みかん みかん缶	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
16	木	ご飯 ブリの味噌カツ ささみサラダ 清汁	ご飯 ブリ 薄力粉 卵 パン粉 赤味噌 砂糖 揚げ油 ささみ 人参 胡瓜 コーン もやし 玉葱 ごま油 濃口しょうゆ 砂糖 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 サワークリームケーキ	牛乳 バター 砂糖 卵 サワークリーム 薄力粉
17	金	鮭わかめご飯 唐揚げ 焼きそば 大根サラダ 南瓜のカレースープ	ご飯 鮭わかめふりかけ 鶏肉 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 ホタテ 焼きそば もやし 人参 チンゲン菜 玉葱 豚肉 葱 お好みソース ホタテ 大根 人参 コーン 胡瓜 キャベツ マヨネーズ 豚肉 南瓜 人参 玉葱 キャベツ 薄揚げ カレールウ	カルピス お菓子	カルピス お菓子

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

3月

10日はきく組、うめ組のクッキングです

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
20	月	パン タンドリーチキン ひじきのドレッシング和え 人参のポタージュ	ワッサンデニッシュ 鶏肉 ヨーグルト カレー粉 焼き肉のたれ ハム ひじき 人参 玉葱 胡瓜 コーン マヨネーズ 人参 ジャガ芋 玉葱 牛乳 生クリーム バター	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
22	水	ご飯 鮭の葱ゴマ焼 ホイコーロー かき玉スープ	ご飯 鮭 葱 ゴマ 濃口しょうゆ みりん 砂糖 豚肉 キャベツ ピーマン コーン 玉葱 エリンギ 人参 味噌 濃口しょうゆ 砂糖 豚肉 人参 大根 わかめ ジャガ芋 薄揚げ 卵 ウェイパー	牛乳 ホットク	牛乳 ホットケーキミックス こしあん
23	木	ご飯 スクエアバーグ ほうれん草の炒り煮 コンソメスープ	ご飯 合挽肉 コーン 人参 玉葱 チーズ ケチャップ ウスターソース 卵 パン粉 鶏挽肉 人参 しめじ コーン ほうれんそう 卵 濃口しょうゆ 砂糖 大根 わかめ 南瓜 人参 キャベツ チンゲン菜 コンソメ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
24	金	ご飯 鮭の味噌ミルク煮 白菜と厚揚げの煮物 清汁	ご飯 鮭 人参 ジャガ芋 いんげん コンソメ 牛乳 味噌 ホタテ 豚肉 絹厚揚げ 白菜 人参 玉葱 しめじ 葱 だしの素 濃口しょうゆ みりん 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 アップルパイ	牛乳 パイシート りんご 無塩バター 砂糖
27	月	ご飯 ブリの和風ソース ポテトサラダ 味噌汁	ご飯 ブリ しめじ 人参 葱 バター 濃口しょうゆ 酒 みりん 砂糖 ハム ジャガ芋 人参 胡瓜 玉葱 コーン マヨネーズ 大根 人参 南瓜 ほうれんそう 豆腐 わかめ だしの素 味噌	牛乳 甘食	牛乳 バター 砂糖 卵 牛乳 薄力粉 ベーキングパウダー
28	火	ご飯 肉団子の甘酢あんかけ もやしサラダ わかめスープ	ご飯 豚挽肉 玉葱 椎茸 筍 卵 片栗粉 牛乳 濃口しょうゆ 酢 砂糖 鶏挽肉 もやし 人参 玉葱 コーン 胡瓜 濃口しょうゆ 砂糖 酢 牛肉 絹厚揚げ 大根 人参 ジャガ芋 わかめ ウェイパー	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
29	水	ご飯 カレイの照り焼き すき焼き風煮 かき玉スープ	ご飯 カレイ 濃口しょうゆ みりん 牛挽肉 玉葱 ごぼう 人参 ほうれんそう エリンギ 葱 濃口しょうゆ 豚肉 人参 わかめ ジャガ芋 チンゲン菜 豆腐 卵 ウェイパー	牛乳 ホットケーキ	牛乳 ホットケーキミックス 卵 牛乳

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

3月

10日はきく組、うめ組のクッキングです

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
30	木	ご飯 焼きコロッケ 高野豆腐の卵とじ 大根スープ	ご飯 豚挽肉 さつまいも じゃが芋 玉葱 パン粉 牛乳 ケチャップ 砂糖 鶏挽肉 高野豆腐 赤ピーマン 玉葱 コーン 卵 だしの素 濃口しょうゆ みりん 大根 人参 わかめ 南瓜 チンゲン菜 もやし だしの素 薄口しょうゆ みりん		
				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
31	金	ご飯 つくね焼き 根菜炒め 味噌汁	ご飯 鶏挽肉 玉葱 ひじき 卵 パン粉 濃口しょうゆ みりん 牛挽肉 人参 れんこん ごぼう ほうれんそう いんげん 濃口しょうゆ 砂糖 炒め油 大根 人参 しめじ 竹輪 豆腐 わかめ だしの素 味噌		
				クロレラ 豆腐ドーナツ	クロレラ ホットケーキミックス 豆腐 砂糖 卵 揚げ油