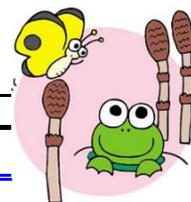
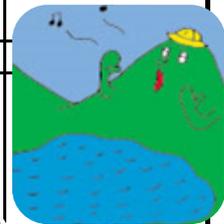


3月分献立表



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|---|-------|---|---|--|--|--|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| | ひなまつり | ミルクティー65kcal ごはん すまし汁 白身魚の南部焼き ブロッコリーのやわらか煮 ブドウ缶 たくあん 424kcal 3.7g | ココア101kcal ごはん コンソメスープ 鶏団子のトマト煮 アスパラのウインナーサラダ みかん缶 のり佃煮 567kcal 3.8g | 甘酒32kcal 桜ちらし すまし汁 プリのみそ幽庵焼き 菜の花のサラダ きゅうりの浅漬け 桃のコンポート 584kcal 3.2g | 蜂蜜しょうが68kcal ごはん すまし汁 鮭の香り付け焼き 絹さやのわさび和え フルーツカクテル かぶの浅漬け 475kcal 3.4g | りんごジュース59kcal ごはん 味噌汁 肉じゃが スッキーの和風マリネ あんず缶 青かつば漬け 553kcal 3.0g | |
| | | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | |
| | | ぶどうジュース74kcal ごはん ワンタンスープ 豚キムチ オクラと長芋の三杯酢 バナナ つぼ漬け 490kcal 2.7g | チョコミルク139kcal ごはん 味噌汁 メンチカツ ぜんまいの炒め煮 うぐいす豆 おかか昆布 586kcal 4.2g | オレンジジュース57kcal ゆかりごはん 味噌汁 ホッケの塩焼き いんげんのそぼろ炒め ぶどう缶 たくあん 499kcal 3.6g | 牛乳113kcal ごはん すまし汁 厚揚げの野菜炒め じゃが芋の田楽 みかん缶 田舎漬け 504kcal 3.5g | 抹茶ミルク130kcal ごはん すまし汁 白身魚の梅肉蒸し アスパラソテー 白花煮豆 あみの佃煮 404kcal 3.1g | レモンケーキ139kcal セレクト レモネード48kcal バターチキンカレー コンソメスープ コールスローサラダ 福神漬け 黄桃缶ヨーグルト 658kcal 3.8g |
| | | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | |
| | | カルピス54kcal ごはん 味噌汁 アジフライ さつま芋のサラダ ザーサイ 杏仁豆腐 688kcal 3.3g | ぶどうジュース74kcal ごはん すまし汁 赤魚のみそ煮 菜の花の白和え しば漬け 洋梨缶 444kcal 3.7g | ミルクティー65kcal ごはん すまし汁 豚肉の治部煮 えんどう豆の酢みそ和え あんず缶 漬物 508kcal 3.4g | ●打ち込み汁● シュウマイ 青梗菜の炒め物 ブドウ入り青リンゴゼリー 517kcal 3.6g | 牛乳113kcal ごはん コンソメスープ ビーフシチュー レタスのチーズサラダ 黄桃缶 しその実漬け 566kcal 4.1g | いちごババロア111kcal もみじまんじゅう104kcal セレクト ココア蒸しパン166kcal 芋ようかん49kcal 紅茶ケーキ69kcal |
| | | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | |
| | | 野菜ジュース77kcal ごはん すまし汁 鮭のチャンチャン焼き 肉じゃが 洋梨缶 あみの佃煮 588kcal 3.9g | イチゴオレ99kcal ごはん 味噌汁 肉団子と白菜の煮込み 小松菜と舞茸のお浸し フルーツカクテル 漬物 489kcal 3.6g | 抹茶ミルク130kcal ごはん 味噌汁 赤魚の煮付け ナスとじゃこのサラダ りんご缶 しば漬け 418kcal 3.0g | カルピス54kcal ごはん 味噌汁 アジの塩焼き とろろ芋 キウイフルーツ つぼ漬け 472kcal 3.5g | カフェオレ84kcal チャーハン 中華スープ 焼きギョーザ きゅうりのキムチ和え ぶどう缶 昆布の佃煮 608kcal 3.7g | ストレートティー38kcal ごはん 中華スープ 八宝菜 里芋の和風サラダ あんず缶 しその実漬け 521kcal 2.7g |
| | | 28 | 29 | 30 | 31 | | |
| | | キャラメルミルク87kcal ごはん 味噌汁 牛皿 山菜となるとの煮物 フルーツカクテル 赤かつば漬け 522kcal 3.4g | 牛乳113kcal ワカメひじきごはん 味噌汁 鮭ののつけ焼き ナスのそぼろ煮 三色煮豆 桜漬け 445kcal 3.1g | レモネード74kcal カレーライス コンソメスープ レタスのかにかまサラダ 福神漬け 洋梨入りヨーグルト 613kcal 4.2g | チョコミルク139kcal ごはん 味噌汁 鶏肉の四川焼き ごぼうの炒め煮 杏仁豆腐 しば漬け 640kcal 3.4g | 栗まんじゅう108kcal コーヒゼリー91kcal セレクト ココアワッフル72kcal | |
| | | 黒糖ケーキ70kcal | クリームブッセ72kcal | どら焼き72kcal | セレクト | | |



〈一口メモ 3月17日(木)実施【打ち込み汁】について〉

【打ち込み汁】とは、香川県の郷土料理です。様々な野菜とうどんを入れ、みそで煮込んだものとなっています。

うどんが有名な香川県では、昔から農村の日常食として食べられていたそうです。

打ち立てのうどんをそのまま煮込むことから【打ち込み】と名付けられました。

今回は、鶏肉とごぼう、にんじん、玉ねぎを使ったうどんを提供する予定です。どうぞご賞味ください。

*** 今月は3日(木)に「桃の節句献立」を予定しています。**

