

3月の献立

日	曜日	主食	昼食(フルーツ)	午後	夜間(夕食・朝食)
1	金	ごはん	五目チラシ・ヨーグルトサラダ・すまし汁・バナナ	ひなあられ	ごはん・豚肉ときゃべつ炒め
2	土	ごはん	肉団子・サラダ・みそ汁・バナナ	菓子	パン・チーズ・ヨーグルト・バナナ
3	日				
4	月	ロールパン	ポテトグラタン・白菜スープ・バナナ	焼きそば	ひじきと枝豆ごはん・豚肉と野菜・みそ汁
5	火	ごはん	五目きんぴら・ツナサラダ・バナナ	ゼリー	パン・チーズ・プリン・バナナ
6	水	ごはん	白身魚のごまみそ焼き・けんちんうどん・バナナ	カステラ	梅じゃこ米・ハンバーグ・みそ汁
7	木	ごはん	ハンペンフライ・野菜サラダ・すまし汁・バナナ	せんべい	パン・チーズ・ヨーグルト・バナナ
8	金	ごはん	切干大根の含め煮・しめじのみそ汁・バナナ	チーズポテト	
9	土				
10	日				
11	月	ごはん	魚のこぶ煮・豚汁・バナナ	ふかし芋	ひじきと枝豆ごはん・豚肉と野菜・みそ汁
12	火	ごはん	旨煮・きゅうりとりんごのレモン和え・大根のみそ汁・バナナ	ヨーグルト	パン・チーズ・プリン・バナナ
13	水	ロールパン	ビーフシチュー・春雨サラダ・バナナ	おにぎり	栗ごはん・山形風芋煮・みそ汁
14	木	ごはん	豚肉のケチャップ炒め・きのこスープ・バナナ	菓子	パン・チーズ・ヨーグルト・バナナ
15	金	夕焼けごはん	鶏のから揚げ・フルーツサラダ・みそ汁	ホットケーキ	梅じゃこ米・ハンバーグ・みそ汁
16	土	ごはん	肉団子・サラダ・みそ汁・バナナ	菓子	パン・チーズ・ヨーグルト・バナナ
17	日				
18	月	ごはん	さわらのムニエル・ほうれん草のごま和え・大根のみそ汁・バナナ	ヨーグルト	ひじきと枝豆ごはん・鶏肉と野菜・みそ汁・バナナ
19	火	ごはん	関東風おでん・グリーンサラダ・バナナ	菓子	パン・チーズ・ヨーグルト・バナナ
20	水	ごはん	カレー・バナナ	菓子	
21	木	ロールパン	鶏のクリーム煮・コーンサラダ・バナナ	焼きうどん	
22	金	ごはん	ハンバーグ・モヤシスープ・バナナ	菓子	梅じゃこ米・ハンバーグ・みそ汁
23	土	ごはん	肉団子・ポテトサラダ・みそ汁・バナナ	ヨーグルト	パン・チーズ・ヨーグルト・バナナ
24	日				
25	月	ごはん	コーンチキンカレー・野菜サラダ・バナナ	ゼリー	栗ごはん・山形風芋煮・みそ汁
26	火	スパゲティ	ミートソース・ポテトサラダ・バナナ	カステラ	パン・チーズ・ゼリー・バナナ
27	水	ごはん	五目豆・三色みそ汁・バナナ	フルーツヨーグルト	ひじきと枝豆ごはん・鶏肉と野菜・みそ汁
28	木	ごはん	八宝菜・中華風和えもの・バナナ	菓子	パン・チーズ・ゼリー・バナナ
29	金	ロールパン	魚のノルウェー風・グリーンサラダ・みそ汁	ふかし芋	梅じゃこ米・ハンバーグ・みそ汁
30	土	ごはん	肉だんご・ポテトサラダ・みそ汁・バナナ	菓子	パン・チーズ・ヨーグルト・バナナ
31	日				