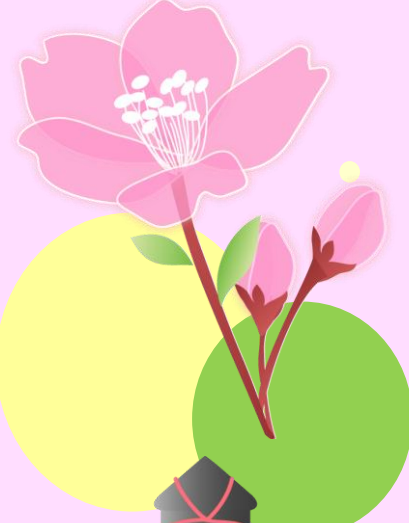
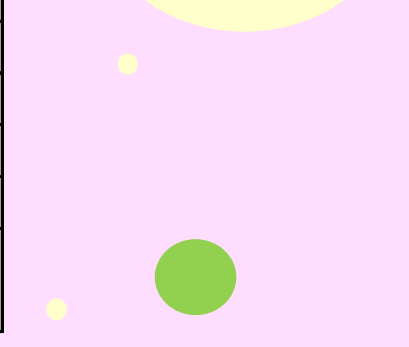
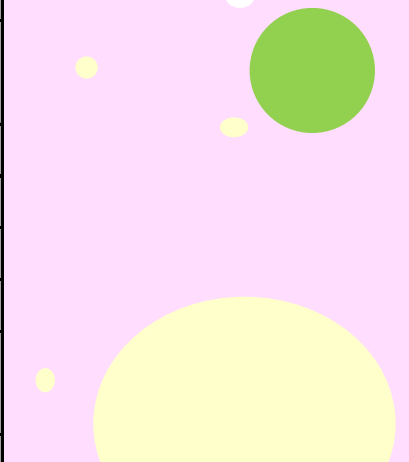
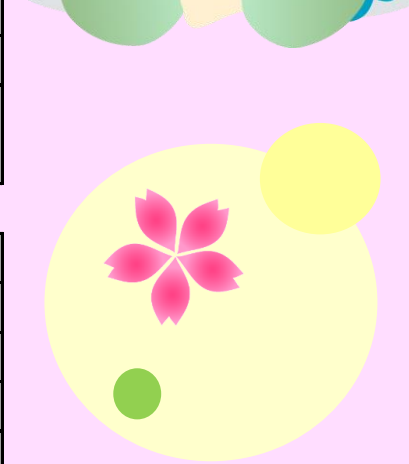
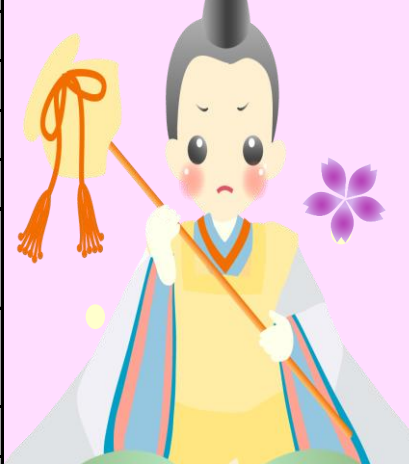




3月献立



《カレーの日》		《桃の節句》	
令和6年3月1日（金）	令和6年3月2日（土）	令和6年3月3日（日）	
卵雑炊	ご飯	ご飯	
ほくほく南瓜	まぐろ角煮	ブロックリーとベーコンのソテー	
彩り野菜の白和え	エビサラダ	コールスロー	
乳酸菌飲料	味噌汁	味噌汁	
	野菜ジュース	乳酸菌飲料	
426kcal	436kcal	385kcal	
ご飯	ご飯	ちらし寿司	
油淋鶏	ほきのマヨネーズ焼き	大ぶら	
こんにゃくの炒り煮	白菜の旨煮	彩り野菜の白和え	
マカロニサラダ	菜の花の辛子和え	お吸い物	
すまし汁	味噌汁		
591kcal	498kcal	576kcal	
ココアムース	栗入り田舎饅頭	練り切り	
76kcal	109kcal	92kcal	
ご飯	ビーフカレー	ご飯	
豆腐ステーキ	香の物	華風卵焼き	
さつま芋の金平	豆腐のサラダ	れんごんの土佐炒め	
白菜の磯和え	ハナナ	トマトサラダ	
味噌汁		味噌汁	
541kcal	587kcal	495kcal	



《カレーの日》							
令和6年3月4日（月）	令和6年3月5日（火）	令和6年3月6日（水）	令和6年3月7日（木）	令和6年3月8日（金）	令和6年3月9日（土）	令和6年3月10日（日）	
ご飯	パン	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
豆腐のしんじょあんかけ	スクランブルエッグ	ポトフ	大根のそぼろあんかけ	さつま揚げ炒め	だし巻き玉子	ロールキャベツ	
もずく酢	ポテトサラダ	春雨の酢の物	中華サラダ	白菜の塩もみ	里芋の磯和え	ブロックリーの和え物	
味噌汁	コーンスープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	
乳酸菌飲料	牛乳	乳酸菌飲料	ヨーグルト	乳酸菌飲料	野菜ジュース	乳酸菌飲料	
367kcal	595kcal	435kcal	425kcal	354kcal	436kcal	351kcal	
ご飯	山菜ご飯	ご飯	ビーフカレー	ご飯	ご飯	チキンライス	
豚肉のしそ炒め	かじきの味噌マヨ焼き	柚子香うどん	ハンバーグ	オムレツデミソースかけ	コロック盛り合わせ	ミートボール	
がんもの煮付け	加子のツナ煮	豆腐のしんじょあんかけ	香の物	れんごんの土佐炒め	大根の煮付け	トマトサラダ	
ほうれん草のおろし和え	エビサラダ	干しえびの和え物	黄桃缶	キャベツの塩昆布和え	野菜とツナのサラダ	コンソメスープ	
味噌汁	すまし汁			呉汁	味噌汁		
570kcal	459kcal	348kcal	572kcal	492kcal	621kcal	373kcal	
やわらかおかき	ロールケーキ	鬼まんじゅう	ぶどうゼリー	おはぎ	ココアワッフル	きなこプリン	
61kcal	85kcal	92kcal	33kcal	98kcal	83kcal	59kcal	
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
赤魚の粕漬け焼き	牛肉とじゃが芋の揚げ煮	鶏肉の塩焼焼き	豚肉とごぼうの炒り煮	鮭のバター醤油ムニエル	ダンドリーチキン	揚げ出し豆腐	
ぜんまいの煮つけ	ピーマンの炒め物	竹輪の炊き合わせ	じゃが芋の煮つけ	スパゲティソテー	ひじき豆	もやし炒め	
菜の花の和え物	カリフラワーのマリネ	長芋の短冊	小松菜のごま和え	カニ風味サラダ	菜の花の辛子和え	きゅうりの塩昆布和え	
すまし汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	コンソメスープ	味噌汁	味噌汁	
422kcal	583kcal	498kcal	481kcal	488kcal	501kcal	553kcal	

《郷土料理・福井》				《カレーの日》			
令和6年3月11日（月）	令和6年3月12日（火）	令和6年3月13日（水）	令和6年3月14日（木）	令和6年3月15日（金）	令和6年3月16日（土）	令和6年3月17日（日）	
ご飯	パン	ご飯	ご飯	カニ雑炊	ご飯	ご飯	
ひじきと竹輪の炒め煮	肉団子のやわらか煮	だし巻き玉子	三色高野のしのだ煮	角煮煮	なすの煮付け	白菜とベーコン煮	
卵の花	マカロニサラダ	豆腐のサラダ	15種ヘルシーサラダ	中華サラダ	いんげんの黒ごま和え	卵の花	
味噌汁	南瓜のポタージュ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	
乳酸菌飲料	牛乳	乳酸菌飲料	ヨーグルト	乳酸菌飲料	野菜ジュース	乳酸菌飲料	
407kcal	551kcal	416kcal	441kcal	422kcal	427kcal	401kcal	
ご飯	炊き込みご飯	いなり寿司	三色丼	ご飯	ご飯	野沢菜とわかめの炒飯	
煮込みハンバーグ	鮭のマヨネーズ焼き	山菜そば	冬瓜の煮付け	フライ盛り合わせ	白身魚のたらこマヨネーズ焼き	ジャーマンポテト	
ポテトソテー	ほっかけ	南瓜の煮物	キャベツとしらすの和え物	野菜の金平	里芋の煮ころがし	水菜のサラダ	
ブロックリーサラダ	小松菜としらすのおかか和え	みかん缶	味噌汁	オニオンサラダ	キャベツとハムのサラダ	中華スープ	
味噌汁	味噌汁			すまし汁	味噌汁		
516kcal	589kcal	703kcal	465kcal	528kcal	532kcal	677kcal	
抹茶饅頭	新ドーム型ケーキ	ココアムース	やわらかおかき	ハームクーヘン	カスタードプリン	どら焼き	
107kcal	116kcal	76kcal	59kcal	102kcal	74kcal	136kcal	
ご飯	ご飯	ご飯	シーフードカレー	ご飯	ご飯	ご飯	
さわらの薬味だれ焼き	麻婆なす	鶏肉のオニオンソース	ハンバーグ	肉豆腐	回鍋肉	スパニッシュオムレツ	
角煮煮	焼売	ひじき煮	香の物	さつま芋の旨煮	糸昆布とちくわの煮物	厚揚げの煮付け	
もずく酢	もやしのナムル	オクラのおろし和え	ブロックリーサラダ	切干の和え物	小松菜の錦糸和え	胡瓜の酢の物	
すまし汁	中華スープ	味噌汁		味噌汁	中華スープ	味噌汁	
476kcal	446kcal	480kcal	540kcal	570kcal	495kcal	494kcal	

《春分の日》							
令和6年3月18日（月）	令和6年3月19日（火）	令和6年3月20日（水）	令和6年3月21日（木）	令和6年3月22日（金）	令和6年3月23日（土）	令和6年3月24日（日）	
ご飯	パン	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
さつま揚げ炒め	ブロックリーとベーコンのソテー	白菜のどろみ煮	ちくわの炒り煮	焼き豆腐煮	さつま揚げ炒め	厚焼き卵	
大根のさっぱりサラダ	スパゲティサラダ	どろろ	昆布の佃煮	里芋の磯和え	いんげんの酢味噌和え	梅干	
味噌汁	ポタージュスープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	
乳酸菌飲料	牛乳	乳酸菌飲料	ヨーグルト	乳酸菌飲料	野菜ジュース	乳酸菌飲料	
422kcal	576kcal	369kcal	390kcal	380kcal	418kcal	380kcal	
ご飯	ご飯	ご飯	きじ焼き丼	ご飯	ご飯	ドライカレー	
鶏肉の山椒焼き	ポークヒーンズ	天ぷらきつねきしめん	じゃが芋の煮つけ	豚肉のオイスター炒め	八宝菜	鶏肉のマスタード焼き	
がんもの煮付け	大学芋	ハナナ	小松菜のお浸し	冬瓜の煮付け	なすの旨辛炒め	大根のさっぱりサラダ	
胡瓜のかに風味和え	豆腐のサラダ		味噌汁	トマトサラダ	もやしの中華和え	コンソメスープ	
味噌汁	コンソメスープ			すまし汁	中華スープ		
507kcal	532kcal	614kcal	539kcal	481kcal	583kcal	621kcal	
抹茶ワッフル	ハインゼリー	はたもち	もみじ饅頭	やわらかおかき	クリームコンフェ	ラフランスゼリー	
80kcal	38kcal	100kcal	98kcal	59kcal	80kcal	31kcal	
ご飯	菜飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	
赤魚の粕漬け焼き	たちの西京焼き	牛肉の旨辛煮	ツナ入り千種焼き	豆腐のピリ辛煮	ほっけのみりん焼き	カニクリームコロック	
南瓜の煮付け	ぜんまいの煮付け	えび団子煮	がんもの煮付け	れんごんの金平	鶏団子と大根の煮物	ごぼうの味噌煮	
キャベツとしらすのおかか和え	15種ヘルシーサラダ	もやしと豆腐のサラダ	オクラの塩昆布和え	オニオンライス	きゅうりの錦糸和え	カラフルサラダ	
そうめん汁	すまし汁	味噌汁	すまし汁	味噌汁	味噌汁	すまし汁	
475kcal	477kcal	452kcal	488kcal	423kcal	486kcal	533kcal	

《カレーの日》							
令和6年3月25日（月）	令和6年3月26日（火）	令和6年3月27日（水）	令和6年3月28日（木）	令和6年3月29日（金）	令和6年3月30日（土）	令和6年3月31日（日）	
ご飯	パン	ご飯	ご飯	たまご雑炊	ご飯	ご飯	
白菜と厚揚げの煮付け	ウインナーソテー	高野豆腐煮	さつま揚げ炒め	里芋の炒り煮	白菜のどろみ煮	ひじき煮	
マカロニサラダ	ポテトサラダ	カリフラワーサラダ	中華サラダ	切干の和え物	昆布の佃煮	オニオンライス	
味噌汁	コーンスープ	味噌汁	味噌汁	乳酸菌飲料	味噌汁	味噌汁	
乳酸菌飲料	牛乳	乳酸菌飲料	ヨーグルト		野菜ジュース	乳酸菌飲料	
404kcal	497kcal	341kcal	415kcal	400kcal	403kcal	347kcal	
ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	エビビラフ	
あじの梅しそ焼き	華風卵焼き	どり天うどん	さわらの野菜蒸し	牛肉の焼肉風炒め	油淋鶏	鶏肉のごまだれ焼き	
ひじき豆煮	肉団子	豆腐のしんじょあんかけ	角煮煮	筍と牛蒡の煮付け	ちくわの煮付け	なすの和え物	
ツナサラダ	ささみのサラダ	ハナナ	ほうれん草のお浸し	長芋の梅和え	菜の花の和え物	中華スープ	
つみれ汁	味噌汁		味噌汁	すまし汁	すまし汁		
458kcal	522kcal	483kcal	475kcal	492kcal	559kcal	635kcal	
カステラ	もものゼリー	ロールケーキ	オレンジゼリー	新ドーム型ケーキ	栗入り田舎饅頭	やわらかおかき	
94kcal	38kcal	99kcal	47kcal	116kcal	109kcal	61kcal	
ご飯	ひじきご飯	ご飯	チキンカレー	ご飯	ご飯	ご飯	
牛肉の旨煮	たちの柚子味噌焼き	豚肉と大根の旨辛煮	メンチカツ	白身魚のたらこマヨネーズ焼き	さばの照り焼き	豆腐の味噌かけ	
さつま芋の旨煮	冬瓜の煮付け	南瓜の煮物	香の物	れんごんの金平	じゃが芋煮付け	さつま芋の旨煮	
焼きなす	いんげんのごま和え	白菜サラダ	もやしと貝割れのサラダ	トマトサラダ	キャベツのお浸し	ほうれん草のおろし和え	
味噌汁	すまし汁	かき玉汁		味噌汁	味噌汁	すまし汁	
493kcal	444kcal	546kcal	573kcal	520kcal	594kcal	498kcal	