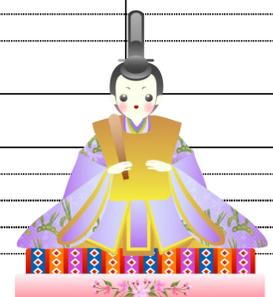


《カレーの日》

					令和7年3月1日(土)	令和7年3月2日(日)
朝	ご飯				ご飯	ご飯
	まぐろ角煮				ブロックリーとベーコンのソテー	
	エビサラダ				コールスロー	
	味噌汁				味噌汁	
昼	野菜ジュース				乳酸菌飲料	
	436kcal				385kcal	
	ご飯				ご飯	
	ほきのマヨネーズ焼き				豚肉のしそ炒め	
おやつ	白菜の旨煮				がんもの煮付け	
	菜の花の辛子和え				ほうれん草のおろし和え	
	味噌汁				味噌汁	
	498kcal				570kcal	
夕	ミルクケーキ				やわらかおかき	
	69kcal				61kcal	
	ビーフカレー				ご飯	
	香の物				華風卵焼き	
豆腐のサラダ				れんごんの土佐炒め		
ハナナ				トマトサラダ		
587kcal				495kcal		

3月の献立



《桃の節句》

《カレーの日》

	令和7年3月3日(月)	令和7年3月4日(火)	令和7年3月5日(水)	令和7年3月6日(木)	令和7年3月7日(金)	令和7年3月8日(土)	令和7年3月9日(日)
朝	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	ウインナーソテー	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	胡瓜の酢の物	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
昼	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	541kcal	398kcal	425kcal	354kcal	436kcal	351kcal
	ちらし寿司	山菜ご飯	ご飯	ビーフカレー	ご飯	ご飯	チキンライス
	夫ぶら	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
おやつ	彩り野菜の白和え	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
	お吸い物	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
	576kcal	459kcal	348kcal	572kcal	492kcal	621kcal	373kcal
	練り切り	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
夕	92kcal	85kcal	92kcal	33kcal	98kcal	83kcal	59kcal
	ご飯						
	赤魚の粕漬焼き	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	タンダリーチキン	揚げ出し豆腐
	ぜんまいの煮つけ	ビーフン炒め	竹輪の炊き合わせ	三色高野のしのだ煮	スパゲティソテー	ひじき豆	もやし炒め
夕	オクラのごま和え	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
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	コンソメスープ	味噌汁	味噌汁
	437kcal	583kcal	498kcal	500kcal	488kcal	501kcal	553kcal

《郷土料理・福井》

《カレーの日》

	令和7年3月10日(月)	令和7年3月11日(火)	令和7年3月12日(水)	令和7年3月13日(木)	令和7年3月14日(金)	令和7年3月15日(土)	令和7年3月16日(日)
朝	ご飯	パン	ご飯	ご飯	カニ雑炊	ご飯	ご飯
	ひじきの炒め煮	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
昼	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
おやつ	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	里芋の煮ころかし	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
	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	ハムケーキ	カスタードプリン	なごやん
夕	107kcal	116kcal	76kcal	59kcal	102kcal	74kcal	139kcal
	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	エビカツ	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	生揚げの煮付け	糸昆布煮
夕	もずく酢	もやしのナムル	オクラのおろし和え	パインゼリー	切干の和え物	胡瓜の酢の物	青菜の和え物
	すまし汁	中華スープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	中華スープ	味噌汁
	476kcal	446kcal	474kcal	644kcal	570kcal	513kcal	476kcal

《春分の日》

	令和7年3月17日(月)	令和7年3月18日(火)	令和7年3月19日(水)	令和7年3月20日(木)	令和7年3月21日(金)	令和7年3月22日(土)	令和7年3月23日(日)
朝	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
昼	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	夫ぶらきつねきしめん	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
おやつ	かんもの煮付け	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
	507kcal	532kcal	614kcal	539kcal	481kcal	567kcal	621kcal
	抹茶ワッフル	ハインゼリー	もみじ饅頭	はたもち	やわらかおかき	スイートポテト	ラフランスゼリー
夕	80kcal	38kcal	98kcal	100kcal	59kcal	78kcal	31kcal
	ご飯	菜飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	赤魚の粕漬焼き	たらの西京焼き	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ケ
	南瓜の煮付け	ぜんまいの煮付け	えび団子煮	かんもの煮付け	れんごんの金平	鶏団子と大根の煮物	ごぼうの味噌煮
夕	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7年3月24日(月)	令和7年3月25日(火)	令和7年3月26日(水)	令和7年3月27日(木)	令和7年3月28日(金)	令和7年3月29日(土)	令和7年3月30日(日)	令和7年3月31日(月)
朝	ご飯	パン	ご飯	ご飯	たまご雑炊	ご飯	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	まぐろ角煮
	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	もずく酢
	味噌汁	コーンスープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
昼	乳酸菌飲料	牛乳	乳酸菌飲料	ヨーグルト	乳酸菌飲料	乳酸菌飲料	乳酸菌飲料	乳酸菌飲料
	404kcal	497kcal	341kcal	415kcal	400kcal	361kcal	347kcal	366kcal
	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	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	牛肉とごぼうの味噌煮
おやつ	ひじき豆煮	肉団子	里芋のごま煮	角煮煮	筍と牛蒡の煮付け	ちくわの煮付け	なすの和え物	炊き合わせ
	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	いんげんのおかかマヨ和え
	458kcal	522kcal	491kcal	475kcal	509kcal	559kcal	635kcal	624kcal
	カステラ	りんごゼリー	ロールケーキ	みかんゼリー	バームクーヘン	栗入り田舎饅頭	やわらかおかき	オレンジゼリー
夕	94kcal	53kcal	99kcal	47kcal	102kcal	109kcal	61kcal	41kcal
	ご飯	ひじきご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	牛肉の旨煮	たらの柚子味噌焼き	豚肉と大根の旨辛煮	麻婆豆腐	白身魚のたらこマヨネーズ焼き	さばの照り焼き	しらすの卵焼き	ポークカレー
	さつま芋の旨煮	冬瓜の煮付け	南瓜の煮物	餃子	れんごんの金平	じゃが芋煮付け	さつま芋の旨煮	ハンバーグ
夕	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	香の物
	味噌汁	すまし汁	かき玉汁	コンソメスープ	味噌汁	味噌汁	すまし汁	ささみのサラダ
	491kcal	444kcal	546kcal	522kcal	520kcal	594kcal	490kcal	679kcal

