



3月予定献立日程表

なまえ



日	ようび 曜日	献立名	おもな材料			エネルギー kcal	
			からだをつくるもとになる あか	ねつやちからになる き	からだのちようしをととのえる みどり		その他
1	げつ 月	ピビンバ ヨーグルト 牛乳	牛ひき肉 ヨーグルト 牛乳	ごはん ごま油 砂糖 いりごま(白)	にんにく、だいこん、ほうれんそう、もやし、にんじん	料理酒、濃口しょうゆ、コチジャン、塩	624
2	か 火	鶏肉のクリーム煮 ソフト黒豆 おさつパン 牛乳	鶏肉 牛乳 ソフト黒豆 牛乳	じゃがいも 綿実油 クリーム、じゃがいもでん粉	たまご、にんじん、はくさい、さんどまめ(冷)	料理酒、塩、こしょう(白)、薄口しょうゆ、中華スープの素	614
3	すい 水	タコライス ミニフィッシュ 牛乳	牛ひき肉 ミニフィッシュ 牛乳	ごはん、綿実油	たまご、にんじん、グリーンピース(冷)、にんにく	塩、こしょう、カレー粉、トマトピューレ、ケチャップ、ウスターソース	597
4	もく 木	カレーシチュー(近江牛) かんきつゼリー オリーブパン 牛乳	牛肉 かんきつゼリー オリーブパン 牛乳	じゃがいも 綿実油	たまご、にんじん、グリーンピース(冷)、にんにく、りんごピューレ	塩、ローレル、カレールウの素、チキンブイオン	655
5	きん 金	豚肉と厚揚げのみそ汁 黒糖大豆 おにぎり(さけ・昆布) 牛乳	豚肉 厚揚げ(冷) 赤みそ 白みそ、だし昆布、削り節 黒糖大豆 牛乳	じゃがいも	はくさい、たまご、にんじん、青ねぎ		652
8	げつ 月	牛丼 おさつスティック 牛乳	牛肉、だし昆布、削り節 牛乳	ごはん、綿実油、砂糖	たまご、にんじん、ごぼう、青ねぎ	茶、こんやく、料理酒、みりん、塩、薄口しょうゆ、濃口しょうゆ	588
9	か 火	ハヤシライス 抹茶大豆 牛乳	牛肉 抹茶大豆 牛乳	ごはん、じゃがいも、綿実油、小麦粉	たまご、にんじん、グリーンピース(冷)、にんにく	トマトピューレ、ケチャップ、塩、こしょう、ローレル、デミグラスソース、ウスターソース、トンカツソース	689
11	もく 木	さけのクリームスパゲッティ 発酵乳 1/2黒糖パン 牛乳	紅さけ(フレーク)、ベーコン、牛乳 発酵乳 牛乳	スパゲッティ、綿実油、小麦粉、クリーム	たまご、にんじん、コーン(冷)、むきえだまめ(冷)、しめじ	塩、こしょう、チキンブイオン	617
12	きん 金	マーボー厚揚げ丼 アーモンドフィッシュ 牛乳	牛ひき肉、厚揚げ(冷)、赤みそ アーモンドフィッシュ 牛乳	ごはん、綿実油、じゃがいもでん粉	たまご、にんじん、チンゲンサイ、しょうが、にんにく	トウバンジャン、塩、濃口しょうゆ	616
15	げつ 月	豚汁 ミニフィッシュ おにぎり(さけ・おかか) 牛乳	豚肉、うすあげ、れい、赤みそ、白みそ、だし昆布、削り節 ミニフィッシュ 牛乳	さつまいも	たまご、ごぼう、はくさい、にんじん、青ねぎ		611
16	か 火	鶏肉のケチャップ煮 ヨーグルト キューブバター うずまきパン 牛乳	鶏肉、ベーコン ヨーグルト 牛乳	じゃがいも、綿実油、砂糖	たまご、にんじん、キャベツ、グリーンピース(冷)、にんにく	料理用ワイン(白)、塩、ケチャップ、こしょう、ローレル、チキンブイオン	672
17	すい 水	ビーフカレーライス おさつスティック 牛乳	牛肉 おさつスティック 牛乳	ごはん、じゃがいも、綿実油	たまご、にんじん、グリーンピース(冷)、にんにく、りんごピューレ	塩、ローレル、カレールウの素、チキンブイオン	652
18	もく 木	ほうれんそうのクリームシチュー りんごゼリー 米粉パン 牛乳	鶏肉、ベーコン、牛乳 りんごゼリー 米粉パン 牛乳	じゃがいも、綿実油、小麦粉、クリーム	たまご、にんじん、ほうれんそう、キャベツ	料理用ワイン(白)、塩、こしょう(白)	631



配膳時における新型コロナウイルス感染予防のため、短時間・少人数で配膳可能な献立を提供します。ご理解のほどよろしくお願い致します。

