

常食(心)

月間献立表

	3月1日(水)	3月2日(木)	3月3日(金)	3月4日(土)	3月5日(日)	3月6日(月)	3月7日(火)
朝食	* 黒糖パン 2個 ポタージュスープ ほうれん草ソテー 胡瓜のマヨ和え りんごジャム 牛乳(200ml)	* 食パン 2枚 コンソメスープ スクランブルエッグ 蒸茄子トレッシングかけ マーマレードジャム 牛乳(200ml)	* パンパン 2個 グリーンポタージュ 野菜炒め ブロッコリーサラダ いちごジャム 牛乳(200ml)	* ジャムパン コンソメ野菜スープ 南瓜のサラダ キャベツのトレッシングかけ 牛乳(200ml)	* ミルクパン クラムチャウダー 目玉焼 サラダ(キャベツ) チョコジャム 牛乳(200ml)	* 食パン 2枚 ベーコン野菜スープ アスパラソテー 線きりサラダ りんごジャム 牛乳(200ml)	* ロールパン 2個 ミネストローネ 大根サラダ・トレかけ 卵のココット チョコジャム 牛乳(200ml)
昼食	ご飯180g 豚肉のゴマだれかけ こんにやくの照煮 からしマヨ和え やせうま	ご飯180g 鯖の西京焼 厚揚げのカレー炒め もずく酢 果物/バナナ	ご飯180g 散らし寿司 牛肉の炒め物 吸物(ふ/ネギ) ひなあられ	ご飯180g チキン南蛮 山くらげの炒め煮 セロリサラダ 果物/パイン	ご飯180g ぶりの照り焼 かき揚げ/タマハセ けんちん汁 果物/バナナ	ご飯180g ビーフシチュー グリーンサラダ スクランブルエッグ 果物/みかん	ご飯180g 魚の揚げ煮 ミートボールのコンソメ煮 ごま和え 果物/バナナ
夕食	ご飯180g ふくさ焼 海老団子の煮物 拌三絲 果物/オレンジ60	ご飯180g 鮭のムニエル マカロニサラダ パンプキンスープ ゼリー/マスカット	ご飯180g わかさぎ天ぷら 煮付の盛合せ 長芋短冊の梅肉かけ ババロア	ご飯180g エビ・ｲﾌﾌﾗｲ レバー炒め 中華卵スープ マスカットゼリー	ご飯180g 豚肉の生姜焼 含め煮 大葉和え コーヒゼリー	ご飯180g 鯖の塩焼き * からし和え 切昆布煮付(丸天) ピーチゼリー	ご飯180g 魚のすりみ揚げ がんも煮(盛合せ) 海藻とトマトのサラダ 漬物
	3月8日(水)	3月9日(木)	3月10日(金)	3月11日(土)	3月12日(日)	3月13日(月)	3月14日(火)
朝食	* ぶどうパン 2個 コンソメスープ スパゲティナポリタン アスパラソテー マーマレードジャム 牛乳(200ml)	* 黒糖パン 2個 オニオンスープ 目玉焼 白菜のサラダ マーマレードジャム 牛乳(200ml)	* パンプキンパン 2個 野菜スープ 茄子ケチャップソテー サラダ(キャベツ) りんごジャム 牛乳(200ml)	* あんぱん ポパイスープ ほうれん草トレッシングかけ オムレツ 牛乳(200ml)	* 食パン 2枚 ポタージュスープ 卵焼き ごぼうサラダ りんごジャム 牛乳(200ml)	* ロールパン パンプキンポタージュ ごま和え もやしのカレー炒め いちごジャム 牛乳(200ml)	* 食パン 2枚 わかめスープ ウイナーソテー ほうれん草のサラダ いちごジャム 牛乳(200ml)
昼食	ご飯180g 親子丼 辛子和え 梅そうめん汁 プリン	ご飯180g チキンチャップ マカロニサラダ 大根とゆ煮付 果物/パイン	ご飯180g 魚の梅風味焼き 炒り豚/ゴボ/人コン 山芋サラダ 果物/みかん	ご飯180g 豚肉のカレーいため 筑前煮 白菜の袖和え 果物/パイン	ご飯180g さわらの葱味噌焼 酢の物 野菜ソテー(キャ豚人) 果物/バナナ	ご飯180g 魚の香り蒸し 炒り煮/ヒジキ 梅肉和え 清し汁	ご飯180g ピラフ 盛合サラダ:卵 コロケ スープ 果物/バナナ
夕食	ご飯180g 鮭のムニエル シーザーサラダ ふるふき大根 果物:りんご60	ご飯180g 牛肉のガーリック焼 かに風味サラダ 豚と里芋の煮付 漬物/白菜	ご飯180g トンカツ ぜんまい煮付 大根ポン酢和え 果物/バナナ	ご飯180g 鶏の味噌マヨネーズ焼き ちくわの磯辺揚げ からし和え 漬物/高菜	ご飯180g チンジャオロース 蒸しゆうまい 春雨スープ 杏仁豆腐	ご飯180g 鶏天*5 南瓜の煮付け 生酢(大根/人) 果物/パイン	ご飯180g 揚げ魚のおろし煮 南瓜のマヨ和え コンニャクピリ辛炒煮 果物:りんご60
	3月15日(水)	3月16日(木)	3月17日(金)	3月18日(土)	3月19日(日)	3月20日(月)	3月21日(火)
朝食	* キャラットパン コンソメスープ マカロニサラダ スクランブルエッグ チョコジャム 牛乳(200ml)	* ぶどうパン 2個 ミネストローネ 卵のココット イタリアンサラダ いちごジャム 牛乳(200ml)	* ミルクパン わかめスープ 目玉焼 白菜トレッシングかけ チョコジャム 牛乳(200ml)	* チョコナッツパン グリーンポタージュ 野菜ソテー ほうれん草の和え物 牛乳(200ml)	* 食パン 2枚 コンソメスープ スパゲティサラダ ポイルウイナー マーマレードジャム 牛乳(200ml)	* 黒糖パン 2個 クラムチャウダー 目玉焼 ツナサラダ りんごジャム 牛乳(200ml)	* ロールパン 2個 ベーコン野菜スープ スクランブルエッグ サラダ(キャベツ) チョコジャム 牛乳(200ml)
昼食	ご飯180g クリームシチュー じゃこ炒め シーフードサラダ 果物/オレンジ60	ご飯180g 魚のしそはさみ揚げ 春雨の酢の物 吸物(ふ/ネギ) 果物/みかん	ご飯180g カレーライス 盛合せサラダ(ツナ) コンソメ野菜スープ フルーツあんみつ	ご飯180g 鶏肉のくわ焼 青梗菜とジャガの煮物 ごぼうサラダ 果物/オレンジ60	ご飯180g かに玉 ささみの和え物 揚げ春巻き わかめスープ(ネギ)	ご飯180g 魚の煮付け 青菜とじゃこの浸し 砂り甘酢和え しそこんぶ	ご飯180g たけのこご飯 魚の酒蒸し 野菜の天ぷら 清し汁 果物/パイン
夕食	ご飯180g 魚の韓国風照焼 ビーフソテー 白和え(春人) 果物/パイン	ご飯180g 鮭のムニエル ほうれん草ソテー 昆布和え ゼリー/ぶどう	ご飯180g 魚のフリッター ブロッコリーの香り炒 刺身こんにやく 果物/パイン	ご飯180g 鮭のポテト焼 茄子の味噌煮 胡瓜の酢の物 漬物	ご飯180g 牛肉のガーリック焼 お煮しめ グリーンサラダ:低 果物/バナナ	ご飯180g 酢豚 ナムル風 なす胡麻醤油かけ 果物/オレンジ	ご飯180g 白身のゆかり揚げ 大根とクラゲのサラダ 卵豆腐 フルーツヨーグルト和
	3月22日(水)	3月23日(木)	3月24日(金)	3月25日(土)	3月26日(日)	3月27日(月)	3月28日(火)
朝食	* パンプキンパン 2個 ポタージュスープ 白菜トレッシングかけ スパゲティナポリタン いちごジャム 牛乳(200ml)	* 食パン 2枚 野菜スープ 卵のココット ごま和え りんごジャム 牛乳(200ml)	* ミルクパン ポタージュスープ 目玉焼 カレーソテー チョコジャム 牛乳(200ml)	* ホットドック フルーツはパンに挟む パンプキンポタージュ フルーツ サラダ(キャベツ) 牛乳(200ml)	* 食パン 2枚 オニオンスープ スクランブルエッグ 野菜サラダ りんごジャム 牛乳(200ml)	* ロールパン ポタージュスープ オムレツ ほうれん草のマヨ和え いちごジャム 牛乳(200ml)	* ぶどうパン 2個 コンソメ野菜スープ ケチャップ炒め ささみサラダ りんごジャム 牛乳(200ml)
昼食	ご飯180g 蒸し魚のおろしかけ レバーの味噌炒め 塩昆布和え 抹茶ゼリー	ご飯180g 回鍋肉 スパゲティサラダ 清し汁 果物/バナナ	ご飯180g チキンカツ 大根サラダ 味噌汁(ジャガ・白菜) ババロア/イチゴ	ご飯180g 鶏の柚子味噌焼き 松菜しぐれ 漬物 かきたま汁	ご飯180g 中華丼 春雨サラダ 中華スープ ババロア/ヨーグルト	ご飯130g 小盛り御飯 団子汁 団子汁の汁【別 焼きなす 果物/パイン	ご飯180g 揚げ魚のおろし煮 切り昆布の炒め煮 酢味噌和え 果物/みかん
夕食	ご飯180g 牛肉の甘辛煮込み 酢物 葱入り卵焼き 果物/オレンジ60	ご飯180g 鶏の照焼き*70 とろろ芋 ほうれん草のピーナツ和え ゼリー/オレンジ	ご飯180g 魚のキノコソース 含め煮 柚子味噌和え 果物/みかん	ご飯180g アジフライ なべしぎ 冷奴 チョコババロア	ご飯180g 鮭フライ みぞれ酢あえ 厚揚げの生姜煮 果物/りんご	ご飯180g 魚の甘酢からめ 揚 大根のそぼろ煮 ごま浸し 果物/オレンジ60	ご飯180g 魚のすりみ揚げ ポテトサラダ コンソメスープ 果物:りんご60
	3月29日(水)	3月30日(木)	3月31日(金)				
朝食	* 黒糖パン 2個 ポタージュスープ 茄子ケチャップソテー ツナサラダ マーマレードジャム 牛乳(200ml)	* 食パン 2枚 わかめスープ ツナじゃがマヨ和え カレーソテー りんごジャム 牛乳(200ml)	* パンパン 2個 グリーンポタージュ マカロニサラダ 卵とじ/玉・人 いちごジャム 牛乳(200ml)				
昼食	ご飯180g 豚肉みそ焼 じゃが芋の千切り炒め 海藻サラダ 果物/バナナ	ご飯180g 鶏の照焼き*70 れんこん金平 胡麻豆腐のくずあん ババロア/南瓜	ご飯180g 五目ご飯 焼魚:白身70 菜の花の辛子和え 茶わん蒸し 抹茶ババロア				
夕食	ご飯180g 鯖の塩焼 精進揚 天つゆ 白和え	ご飯180g コロケ かき揚げ 酢味噌和え 果物:りんご60	ご飯180g 和風ハンバーグ 含め煮 のり和え 果物/バナナ				

材料の仕入れの都合により、献立の内容が変更になる場合がございますので、ご了承下さい。

天心堂 へつぎ病院