



# 週間献立表

令和 8年3月1日～3月7日



		1日 (日)	2日 (月)	3日 (火)	4日 (水)	5日 (木)	6日 (金)	7日 (土)
朝	主食	ご飯	玉子雑炊	バターロール	ご飯	食パン	ご飯	食パン
	副食	ひじきの炒め煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁 牛乳	車麩の煮物 白花豆 味噌汁 牛乳	野菜入りオムレツ 野菜スープ みかんのコンポート 牛乳	がんもの含め煮 小松菜の梅かつお和え 味噌汁 牛乳	大豆のトマト煮 コンソメスープ 洋梨とみかん 牛乳	厚焼き卵 冬瓜とカニのくず煮 味噌汁 牛乳	洋風つくね コンソメスープ 黄桃コンポート 牛乳
昼	主食	ご飯	ご飯	穴子と海老のちらし寿司	ご飯	ご飯	ポークカレー	ご飯
	副食	アジのさんが焼き カリフラワーの塩麴サラダ 胡瓜しそ漬け 清し汁	メンチカツ 春雨サラダ 黄桃コンポート 味噌汁	炊き合わせ 菜の花の木の芽和え 清し汁	豚肉のごましゃぶ 大学芋風 フルーツカクテル 清し汁	鯖の味噌煮 もやしとわかめの酢の物 刻みたくあん 清し汁	薬味 コールスローサラダ バナナ 飲むヨーグルト	赤魚の更紗蒸し 大根のホタテあんかけ うぐいす豆 味噌汁
おやつ		小麦まんじゅう	チョコババロア	白桃羹	人形焼き	いちごムース	ロールケーキ	今川焼き
夕	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	副食	野菜炒め じゃが芋の甘辛バター煮 青梗菜の辛し和え 味噌汁	ほっけの塩焼き 茄子のそぼろ煮 かつぱ漬け 清し汁	鶏肉の生姜煮 竹輪ともやしの炒め物 胡瓜人参漬け 味噌汁	豆腐バーグ 大根のピリ辛炒め煮 野沢菜漬け 清し汁	鶏肉のしそピカタ 南瓜の煮物 ほうれん草のなめ茸和え 味噌汁	鱈のマヨネーズ焼き ごぼうの炒り煮 浅漬け胡瓜 清し汁	酢鶏 春雨のナムル 赤しその実漬け 二玉玉スープ

※メニューは変更になることがあります。ご了承下さい。





# 週間献立表

令和 8年3月8日～3月14日



		8日 (日)	9日 (月)	10日 (火)	11日 (水)	12日 (木)	13日 (金)	14日 (土)
朝	主食	ご飯	ご飯	食パン	ご飯	あんぱん&バターロール	五目雑炊	食パン
	副食	卵の花	炒り豆腐	チーズ入りスクランブルエッグ	温泉卵	野菜とウィンナーのクリーム煮	かに豆腐ふんわり天	ジャーマンポテト
		青梗菜のくるみ和え	小松菜の和え物	コンソメスープ	切干大根の煮物	野菜スープ	金時豆	コーンスープ
	味噌汁	味噌汁	黄桃とバナナ	味噌汁	みかんコンポート	味噌汁	洋梨とみかん	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼	主食	かき揚げ丼	ご飯	ご飯	山菜うどん	ご飯	ご飯	ご飯
	副食	ひじきサラダ	かに玉	おろし和風ハンバーグ	茄子の利休煮	サラダステーキ	鯖の味噌煮	麻婆豆腐
		洋梨とパインのコンポート	ほうれん草のツナ炒め	マカロニサラダ	ブルーベリーヨーグルト	菜の花おかか和え	切り昆布とごぼうの炒め煮	青梗菜と竹輪の和え物
	味噌汁	昆布白菜漬け	かつば漬け	(麺禁: フィッシュバーグ)	フルーツカクテル	白和え	ザーサイ漬け	
		中華スープ	清し汁		清し汁	清し汁	中華スープ	
おやつ		いちごクレープ	ロールケーキ	おかき	マスカットゼリー	ドームケーキ	吹雪まんじゅう	紅茶のムース
夕	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	副食	白身魚のうま塩だれ	蒸し豚の香味ソースがけ	めばるの塩麴焼き	鶏肉の柚子胡椒焼き	黄金カレーの煮付け	鶏肉のトマト煮	鮭のムニエル
		味噌じゃが	春キャベツのゆかり和え	里芋と人参の煮物	エビとそら豆のサラダ	大根のそぼろ炒め	小松菜のソテー	白菜と大豆ボール吉野煮
	あみ佃煮	みかんのコンポート	昆布豆	キャベツしそ味漬け	ごぼう佃煮	黄桃のコンポート	オクラの生姜和え	
	清し汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	コンソメスープ	味噌汁	

※メニューは変更になることがあります。ご了承下さい。





# 週間献立表

令和 8年3月15日～3月21日



		15日 (日)	16日 (月)	17日 (火)	18日 (水)	19日 (木)	20日 (金)	21日 (土)
朝	主食	ご飯	食パン	ご飯	ご飯	クロワッサン	ご飯	食パン
	副食	豆乳がんもの煮物 ほうれん草の磯和え 味噌汁 牛乳	オムレツ コンソメスープ みかんコンポート 牛乳	いわしの生姜煮 ほうれん草の菜種和え 味噌汁 牛乳	えびふんわりしんじょ 小松菜の柚子浸し 味噌汁 牛乳	なすのトマト煮 野菜スープ 桃のコンポート 牛乳	ミートボール柚子おろし 車麩の煮物 味噌汁 牛乳	目玉焼き コンソメスープ みかんコンポート 牛乳
昼	主食	ご飯	ご飯	グリーンピースごはん	チキンカレー	ご飯	ご飯	ご飯
	副食	白身フライとホタテフライ ブロッコリーサラダ フルーツカクテル 清し汁	鯖の塩焼き なすのそぼろあん 青しその実漬け 味噌汁	豆腐ステーキ 蒟と鶏肉の煮物 刻みたくあん 清し汁	薬味 海藻サラダ コンソメスープ みかんコンポート	天ぷら ひじきの五目煮 野沢菜味噌和え 清し汁	回鍋肉 蒸し餃子 ザーサイ 中華スープ	鯖の甘辛だれ焼き 山菜と白滝の煮物 オクラの青じそ和え 清し汁
おやつ		パンケーキ	ピーチゼリー	カスタードワッフル	プリンストロベリーソース	ぼたもち	抹茶ようかん	チョコバウム
夕	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	副食	豚肉と大根の煮物 もやしの和え物 高菜漬け 味噌汁	鶏肉の照り焼き さつま揚げの煮物 さくら漬け 味噌汁	豚肉と筍の中華炒め キャベツのツナ和え 洋梨とパインコンポート 中華スープ	白身魚のパン粉焼き 白菜とベーコンソテー 胡瓜浅漬け 清し汁	親子煮 ほうれん草のしらす和え 味ふき 味噌汁	赤魚の粕漬け焼き 切干大根の酢の物 白菜漬け 清し汁	豚肉の梅香炒め 里芋の甘辛煮 冷奴 味噌汁

※メニューは変更になることがあります。ご了承下さい。





# 週間献立表

令和 8年3月22日～3月28日



		22日 (日)	23日 (月)	24日 (火)	25日 (水)	26日 (木)	27日 (金)	28日 (土)
朝	主食	ご飯	食パン	ご飯	黒糖パン	ご飯	ほたて雑炊	食パン
	副食	厚揚げの旨煮 白菜のおかか和え 味噌汁 牛乳	ベーコン入りスクランブルエッグ コンソメスープ 黄桃のコンポート 牛乳	肉じゃが 菜の花お浸し 味噌汁 牛乳	トマトつくね コンソメスープ 桃のコンポート 牛乳	温泉卵 ぜんまいの炒り煮 味噌汁 牛乳	ひじきの炒め煮 うぐいす豆 味噌汁 牛乳	大豆のトマト煮 クリームスープ みかんとバナナ 牛乳
昼	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	肉そば	ご飯	ご飯
	副食	鶏肉の西京焼き 人参のきんぴら あみ佃煮 清し汁	豚肉の生姜焼き なすの煮浸し スナップエンドウの和風サラダ 清し汁	エビカツとピーマン肉詰めフライ ホタテとブロッコリーのサラダ みかんコンポート 玉子スープ	赤魚の野菜あんかけ さつま芋のオレンジ煮 金山寺みそ 清し汁	里芋の木の芽田楽 フルーツカクテル (麺禁：ハンバーグ)	鱈のオニオンソース ビーフンソテー キャベツミックス漬け 清し汁	鶏の唐揚げ もやしと竹輪の和え物 野沢菜大根漬け 中華スープ
おやつ		あんドーナツ	クリームコンフェ	くろ棒	和菓子	カスタードシュークリーム	ロールケーキ	おかき
夕	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	副食	鱈の柚庵煮 ごぼうサラダ つぼ漬け 味噌汁	お魚ハンバーグ 春雨の炒め煮 たまり白菜漬け 味噌汁	めばるの煮付け 大根の味噌炒め しば漬け 清し汁	鶏肉の南部焼き 露と車麩の煮物 ほうれん草の辛子和え 味噌汁	鱈のマヨ昆布焼き 大根の炒り煮 浅漬け胡瓜刻み 味噌汁	ブラウンシチュー パンプキンサラダ 洋梨とパインコンポート コンソメスープ	エビ入り擬製豆腐 金平ごぼう ほうれん草とコーンの炒め物 味噌汁

※メニューは変更になることがあります。ご了承下さい。





# 週間献立表

令和 8年3月29日～3月31日



		29日 (日)	30日 (月)	31日 (火)				
朝	主食	ご飯	食パン	ご飯				
	副食	がんもの含め煮 キャベツの梅かつお和え 味噌汁 牛乳	野菜入りオムレツ パンプキンポタージュ 桃のコンポート 牛乳	豆腐のキノコあんかけ 白菜の胡麻和え 味噌汁 牛乳				
昼	主食	ご飯	ご飯	ご飯				
	副食	豚肉のネギ塩炒め 春菊のお浸し 青紫蘇の実漬け 味噌汁	さわらの山椒煮 里芋のそぼろ煮 しば漬け 味噌汁	メンチカツ スパゲティサラダ みかんコンポート 味噌汁				
おやつ		パンケーキ	ホワイトミニ	バウムクーヘン				
夕	主食	ご飯	ご飯	ご飯				
	副食	あじさんが焼き じゃが芋の甘辛バター煮 菜の花辛子和え 清し汁	ロールキャベツ 大根サラダ 小松菜とエビのソテー コンソメスープ	白身魚の菜種焼き なすの味噌煮 桜大根漬け 清し汁				

※メニューは変更になることがあります。ご了承下さい。

