



3月の金谷まるめろメニュー



	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	6(日)
	御飯 味噌汁 ブリの照り焼き 和風うま煮 春雨の酢の物 りんごのコンポート	御飯 味噌汁(カブ・絹サヤ) 金目鯛のおろし煮 春野菜の炒め煮 ブロッコリーのごまマヨネーズ和え	ちらし寿司 味噌汁 卵豆腐のカニあんかけ レンコンサラダ 桜大根 桜餅	御飯 味噌汁(ふのり、葱) アジの煮付け 若竹煮 かにサラダ	中華丼 味噌汁 切り干し大根の煮物 茄子の香味和え サワー漬け パイナップルのコンポート	味噌ラーメン 海老シューマイ 胡瓜醤油漬け ラ・フランスゼリー
7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)	13(日)
御飯 味噌汁 すき焼き 帆立の含め煮 トマトサラダ 黄桃缶	御飯 味噌汁(棒麩、玉葱) ポンからあげ 大根の子和え りんごの柔らか煮	ハンバーグカレー 福神漬 グリーンサラダ フルーツヨーグルト	御飯 ふのり汁 酢豚 ひじきの煮物 長芋の梅肉和え	御飯 味噌汁(高野豆腐、卵) 赤魚の煮付け 蒸し餃子 和風サラダ	肉うどん ミニ栗ご飯 キャベツ漬け フルーツ(みかん)	御飯 味噌汁 鮭のムニエル 南瓜の甘煮 きのこのおぼろ和え ネーブルオレンジ
14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)	20(日)
御飯 ワカメスープ 揚げ鶏の野菜あん みそごぼう うずら煮豆	○お楽しみ献立 筍ごはん タラのじゃっぱ汁 タラの芽の天ぷら 湯葉と昆布の和え物 フルーツ(いちご)	御飯 味噌汁 ほっけ塩焼 付)大根おろし いかの酢味噌和え パイン缶	御飯 南瓜入り粕汁 鯖塩麹漬焼 キャベツたっぷりエビマヨ 春雨の酢の物	パン(あん、クリーム、ツナ) コンソメスープ 海老グラタン ミートボールとフライドポテト キウイのコンポート きになる野菜(グレープキャベツ)	御飯 味噌汁(玉ネギ・インゲン) 酢鶏 カニシューマイ アスパラ土佐和え	御飯 味噌汁 カレイの野菜あん 大豆と昆布の煮物 スパゲティサラダ 黄桃缶
21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)	27(日)
山菜そば 油麩と鶏の煮物 白菜漬 おはぎ	御飯 味噌汁(岩海苔・ミツ葉) つぼだいもろみ焼 手作り寄せ豆腐 胡瓜と菊の酢の物	御飯 味噌汁 タラのホイル焼き レンコンのそぼろ煮 オクラの胡麻和え みかん缶	ポークカレー 福神漬 ミニ野菜コロッケ シーフードサラダ オレンジゼリー	御飯 味噌汁 豚肉とキャベツの甘味噌炒め 大根カニあんかけ 中華サラダ フルーツ(いちご)	御飯 味噌汁 帆立フライ 山菜の煮物 大根サラダ 洋梨缶	塩ラーメン 蒸し餃子 キャベツ漬 林檎ゼリー
28(月)	29(火)	30(水)	31(木)			
御飯 菜っぱ汁 さんまのやわらか煮 長芋の煮物 もやしと胡瓜の和風和え	御飯 味噌汁 トラウトサーモンの炙り焼き ポトフ たこの酢の物 黄桃缶	そぼろ丼 味噌汁 高野豆腐の煮物 湯葉と昆布の和え物 サワー漬け りんごの柔らか煮	御飯 味噌汁 ほっけ塩焼 五目煮 かぶの生姜和え パイナップルのコンポート			

* 都合により献立を変更することがあります。