


3月の金谷まるめろメニュー

| | | | | | | |
|--|---|---|--|---|---|---|
|  | | | | 1(金) | 2(土) | 3(日) |
| | | | | 御飯 味噌汁(トロ昆布・万能葱) ブリの照り焼き 炒り豆腐 インゲンの胡麻和え | 御飯 味噌汁(葉付きカブ) 鶏肉の梅焼き 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 お吸い物(あさり) 春の切り干し大根の煮物 赤かぶ漬 桜餅 |
| 4(月) | 5(火) | 6(水) | 7(木) | 8(金) | 9(土) | 10(日) |
| 御飯 味噌汁(ふのり、葱) 鰯の塩麹焼き 南瓜のそぼろ煮 白菜と人参のお浸し | 牛丼 味噌汁(トロ昆布・万能葱) 五目金平 野菜の白和え フルーチェ | 味噌ラーメン 半ライス 海老シューマイ 胡瓜醤油漬け プリン | ハンバーグカレー 福神漬 グリーンサラダ フルーツ(いちご) | 御飯 味噌汁(棒麩・三つ葉) ポンからあげ 大根の子和え ごぼうとエノキ茸のサラダ | 御飯 味噌汁(卵・椎茸) 豚すき焼き 海老と里芋の銀あんかけ トマトの和風サラダ | 御飯 味噌汁(ジャガ芋・油揚げ) 酢豚 ひじきの煮物 チンゲン菜のお浸し |
| 11(月) | 12(火) | 13(水) | 14(木) | 15(金) | 16(土) | 17(日) |
| 御飯 味噌汁(高野豆腐、卵) 赤魚の煮付け 山菜の煮物 和風サラダ | 肉うどん ミニ梅しらす御飯 大根甘酢漬 水ようかん | 御飯 味噌汁(玉ねぎ、ワカメ) 鮭の塩焼 南瓜の甘煮 マカロニサラダ | 御飯 味噌汁(大根・三つ葉) すき焼き もやしの炒め煮 ポテトサラダ | 〇お楽しみ献立 筍ごはん/ 豚汁 海老の天ぷら さつま芋の天ぷら 菜の花の和え物 ももゼリー | 御飯 味噌汁(キャベツ、板ふ) アジの南蛮漬け がんも含め煮 ゴボウサラダ | 御飯 ふのり汁(三ツ葉) カレイの野菜あん 大豆と昆布の煮物 小松菜の辛子醤油和え |
| 18(月) | 19(火) | 20(水) | 21(木) | 22(金) | 23(土) | 24(日) |
| 御飯 石狩鍋風 厚焼き玉子 胡瓜漬け フルーツ(いちご) | 御飯 味噌汁(玉ねぎ・インゲン) 鶏肉の香味焼き カニシューマイ アスパラ土佐和え | パン(クリーム、あん、ツナ) コーンクリームスープ 半ライス ポトフ スパゲティサラダ パイナップルのコンポート | 山菜そば 半ライス 油麩と鶏の煮物 白菜の甘酢漬け おはぎ | 御飯 味噌汁(岩海苔・三ツ葉) ほっけの西京焼 卵豆腐の山路あん いかの酢の物 | ポークカレー 福神漬 シーフードサラダ フルーツ(バナナ) | 御飯 味噌汁(ワカメ・万能ねぎ) たらピカタ みそマヨネーズ レンコンのそぼろ煮 オクラおろし和え |
| 25(月) | 26(火) | 27(水) | 28(木) | 29(金) | 30(土) | 31(日) |
| 御飯 味噌汁(玉ねぎ・油揚げ) 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 | 御飯 味噌汁(高野豆腐、卵) 白身魚フライ ジャーマンポテト 菜の花の和え物 | 博多とんこつラーメン 半ライス 蒸し餃子 キャベツ漬 ぶどうゼリー | 御飯 菜っぱ汁 さんまのやわらか煮 長芋の煮物 野菜の白和え | 御飯 味噌汁(棒ふ・葱) トラウトサーモンの炙り焼き 山菜の煮物 胡瓜とイチヂクの酢の物 | そぼろ丼 お吸い物(ハシラ、みつ葉) 高野豆腐の煮物 大根柚子漬 オレンジゼリー | 御飯 味噌汁(シメジ・人参) ほっけ塩焼 南瓜の甘煮 五色野菜甘酢漬け |

※都合により献立を変更することがあります。