

| 〇〇 2025年 3月 献立表 〇〇 [常食] | | | | | | | |
|-------------------------|---|---|--|--|---|---|--|
| | | | | | 1 (土) | 2 (日) | |
| 朝 | | | | | 食パン (いちごジャム) 牛乳 ゆで卵 サラダ | シリアル 牛乳 バナナ インスタントスープ | |
| 昼 | | | | | 高菜ごはん ちゃんぽん 蒸しパン | 湯飯 野菜の天ぷら フルーツゼリー | |
| 夕 | | | | | ご飯 チンジャオロウスウ ポークビーンズ 中華スープ (とうふ) コンフィ | ご飯 あっさりポークソテー 大根サラダ 揚げ豆腐そぼろあん | |
| | 3 (月) | 4 (火) | 5 (水) | 6 (木) | 7 (金) | 8 (土) | |
| 朝 | ご飯 牛乳 韓国のみそ汁 (じゃがいも) | ご飯 牛乳 金平ごぼう みそ汁 (鮭) | ご飯 牛乳 温卵 みそ汁 (豆腐) | ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁 (もやし) | ご飯 牛乳 韓国のみそ汁 (かぼちゃ) | 食パン (いちごジャム) 牛乳 ゆで卵 インスタントスープ | |
| 昼 | ご飯 松風焼き コーンソテー スパゲッティ (ナポリタン) もやしの炒め物 | 鶏のみそ焼き たくあん和え いり豆腐 春巻き | チキンチャップ こんにゃく味噌煮込み れんこんとひき肉の照焼 | チキンカツバーガー ペンネポロネーゼ ココット焼き 大学芋 煮干し | ご飯 ささみフライ 付) 人参グラッセ 干し椎茸 ウインナー (2本) | 炊き込みご飯 焼きうどん | ビビンバ 卵とわかめのスープ |
| 夕 | ちらし寿司 手羽先揚げ甘辛煮 若竹汁 白和え ひなあられ | ご飯 肉じゃが 春雨マヨサラダ わかめもやしスープ | ご飯 チキン南蛮 付) 鶏キャベツ のっぺい汁 シュウマイ | ご飯 ミニエール (さけ) まのこスパゲッティ 冬野菜カレー 冷) ゼリー | ご飯 ずき焼き風煮 はぐし鶏ときゅうりのゴマ 肉団子スープ | ご飯 さばのパン粉焼き かぼちゃコロケ (30) ブロッコリーのサラダ ミネストローネ | ご飯 ミートグラタン カリカリベーコンサラダ コーンスープ コンフィ |
| | 10 (月) | 11 (火) | 12 (水) | 13 (木) | 14 (金) | 15 (土) | |
| 朝 | ご飯 牛乳 納豆 みそ汁 (油揚げと大根) | ご飯 牛乳 ヨーグルト みそ汁 (玉ねぎ) | ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁 (じゃがいも) | ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁 (豆腐) | ご飯 牛乳 韓国のみそ汁 (かぼちゃ) | 食パン (いちごジャム) 牛乳 ゆで卵 みかん | |
| 昼 | チキンソテー キムチのソテー オムレツ コーンボール | 魚のチーズ焼き ジャーマンポテト チャプチェ 煮卵 | 豚肉のカレー焼き コールスロー じゃが芋のペーコン炒め チーズドッグ (2本) | ロールサト (ウインナー) ロールパン (チョコ) ささみコーン焼き さつま芋サラダ りんご | ご飯 豚カツ 付) レタスときゅうり しらたきの炒り煮 さつまいもの甘露煮 | フレンチトースト スパゲッティ・和風 りんごゼリー | 塩豚 さつまいもがね ずまし汁 (えのき) |
| 夕 | 筑前煮 冷しゃぶ かきたま汁 | 鶏のみそ焼き 付) レタスときゅうり 春雨スープ フルーツミックス | チゲ豆腐 シーチキンサラダ (盛り合) コーンと卵のスープ | さけフライ たらこスパゲッティ 照しやぶ ホワイトゼリー | ご飯 照り焼きチキン 野菜サラダ スパゲッティ・ナポリタン ずまし汁 (豆腐と青海苔) | 手巻き寿司 さつま汁 茶碗蒸し コンフィ | ご飯 煮込みハンバーグ 野菜サラダ コーンスープ シュークリーム |
| | 17 (月) | 18 (火) | 19 (水) | 20 (木) | 21 (金) | 22 (土) | |
| 朝 | ご飯 牛乳 味付け海苔 みそ汁 (かぼちゃ) | ご飯 牛乳 温卵 みそ汁 (もやし) | ご飯 牛乳 ウインナー (朝) みそ汁 (豆腐) | ご飯 牛乳 お茶漬け (インスタント) みそ汁 (油揚げと大根) | | | |
| 昼 | 豚肉のカレー炒め なすの味噌炒め ペペロンチーノ | 冷) メンチカツ 付) レタス (ドレ小包) 煮込み冷ハンバーグ がんも煮 (2個) | あじフライ 付) 鶏キャベツ しらたきの炒り煮 さつまいもの甘露煮 | | | | |
| 夕 | チキン南蛮 野菜サラダ ビーフコンソメスープ みかん | 豚肉しょうが焼き はぐし鶏ときゅうりのゴマ 春雨スープ | 親子煮 ほうれん草の竹輪ごまあえ 野菜かき揚げ甘辛ソース | | | | |
| | 24 (月) | 25 (火) | 26 (水) | 27 (木) | 28 (金) | 29 (土) | |
| 朝 | | | | | | | |
| 昼 | | | | | | | |
| 夕 | | | | | | | |
| | 31 (月) | | | | | | |
| 朝 | | | | | | | |
| 昼 | | | | | | | |
| 夕 | | | | | | | |