



土支田デイサービスセンター3月献立表



	月	火	水	木	金 1	土 2
屋 食	都合により献立を変更する場合がございます。予めご了承下さい。				鮭散らし 清汁 里芋と豚肉の味噌煮 菜の花の辛子和え	鮭散らし 清汁 若竹煮 インゲンのピーナッツ和え
3 時					バームクーヘン エネルギー 558kcal	甘納豆 甘酒 エネルギー 481kcal
	4	5	6	7	8	9
屋 食	豚井 味噌汁 かぼちゃのミルク煮 フルーツ	ご飯 清汁 鰯の塩焼き 春野菜の煮物 菜の花サラダ 漬物	スパゲティミートソース スープ ポテトサラダ フルーツ	ご飯 スープ 回鍋肉 カリフラワーの蟹あんかけ マカロニサラダ 漬物	ハヤシライス スープ 野菜たっぷりサラダ フルーツヨーグルト	ご飯 味噌汁 鶏のマヨネーズ焼き 大根と竹輪の煮物 人参サラダ 漬物
3 時	コーヒーゼリー エネルギー 588kcal	どら焼き エネルギー 589kcal	ミルクかん エネルギー 526kcal	ケーキ エネルギー 612kcal	ケーキ エネルギー 564kcal	ケーキ エネルギー 627kcal
	11	12	13	14	15	16
屋 食	ご飯 味噌汁 かぼちゃコロッケ 茄子の味噌炒め ミモザサラダ 漬物	ご飯 スープ 豚肉と白菜のオイマヨ炒め ピーマンソテー 華風和え 漬物	ご飯 味噌汁 アジフライ 高野豆腐の煮物 花野菜サラダ 漬物	中華丼 スープ 焼売 フルーツ	ご飯 味噌汁 タラの野菜あんかけ じゃが芋金平 カリフラワーの甘酢 漬物	カレーうどん 卵焼き キャベツとワカメの和え物 フルーツ
3 時	水ようかん エネルギー 583kcal	豆乳くずもち エネルギー 581kcal	黒糖ゼリー エネルギー 533kcal	チョコパン エネルギー 559kcal	ロールケーキ エネルギー 519kcal	ミルクプリン エネルギー 547kcal
	18	19	20	21	22	23
屋 食	ご飯 スープ おろしハンバーグ 里芋の胡麻煮 スパゲティサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 サーモンフライ ひじき煮 ほうれん草くるみ和え 漬物	ご飯 清汁 鰯の西京焼き 炒り豆腐 カリフラワーのゆかり和え フルーツ	カレーピラフ ロールキャベツ 蒸し鶏のぼんず醤油和え さつま芋サラダ 春分の日	醤油ラーメン 餃子 白菜柚香和え フルーツ	ご飯 味噌汁 鰯の南蛮漬け 里芋の含め煮 ほうれん草の煮浸し 漬物
3 時	あんみつ エネルギー 542kcal	いちごムース エネルギー 563kcal	バナナパフェ エネルギー 506kcal	おしるこ エネルギー 555kcal	黒糖フークレ エネルギー 524kcal	エクレア エネルギー 583kcal
	25	26	27	28	29	30
屋 食	ご飯 豚汁 赤魚の煮付け きんぴらごぼう 山芋の梅和え 漬物	麻婆豆腐丼 春雨スープ そら豆と卵の炒め物 フルーツ	ご飯 味噌汁 ささみフリッター 大根の煮物 キャベツのくるみ和え 漬物	ご飯 味噌汁 太刀魚の塩焼き さつま揚げのピリ辛煮 もやしのドレッシング和え フルーツ	ご飯 クリームシチュー きのこインゲンソテー グリンチキンサラダ リクエスト	天丼 かき卵汁 切干大根のマリネ 三色煮豆
3 時	おやつ作り エネルギー 542kcal	おやつ作り エネルギー 503kcal	おやつ作り エネルギー 550kcal	ミルク紅茶プリン エネルギー 524kcal	フルーチェ(ピーチ) エネルギー 522kcal	選択おやつ エネルギー 583kcal