

# 土支田デイサービスセンター 3月献立表

	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4
<b>昼食</b>	<div style="border: 1px dashed black; border-radius: 50%; padding: 10px; width: fit-content; margin: 0 auto;">                     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。                 </div>		散らし寿司 清汁 厚揚げと豚肉の炒め物 白菜の和え物	散らし寿司 清汁 肉じゃが 菜の花の辛子和え	散らし寿司 清汁 里芋と豚肉の味噌煮 キャベツのゆかり和え	ご飯 味噌汁 タラの五目あんかけ じゃが芋金平 カリフラワーの甘酢漬物
	3		あんみつ エネルギー 461kcal	赤まんじゅう エネルギー 435kcal	桃ゼリー エネルギー 423kcal	バウンドケーキ エネルギー 638kcal
<b>昼食</b>	6	7	8	9	10	11
	豚丼 味噌汁 かぼちゃのミルク煮 フルーツ	ご飯 清汁 鯖の塩焼き 春野菜の煮物 菜の花サラダ 漬物	けんちんうどん 卵焼き ほうれん草柚香和え フルーツポンチ	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	挽肉カレー スープ 野菜たっぷりサラダ 福神漬 フルーツヨーグルト	ご飯 味噌汁 鶏のマーヨネーズ焼き 大根の蜜あんかけ 人参サラダ 漬物
3	ケーキ エネルギー 602kcal	ケーキ エネルギー 644kcal	ケーキ エネルギー 559kcal	パナナパフェ エネルギー 568kcal	ミルクくずもち エネルギー 610kcal	杏仁豆腐 エネルギー 542kcal
<b>昼食</b>	13	14	15	16	17	18
	ご飯 スープ コロツケ 茄子の味噌炒め ミモザサラダ 漬物	ご飯 味噌汁 豚肉ともやしの炒め物 チーズポテト 春雨サラダ フルーツ	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	そぼろ丼 味噌汁 ツナサラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 フリ大根 ブロッコリーのクリーム煮 キャベツのピーナッツ和え 漬物	ゆかりごはん クリームシチュー がんもの煮物 フルーツポンチ
3	水ようかん エネルギー 574kcal	いちごムース エネルギー 508kcal	黒糖ゼリー エネルギー 559kcal	パンプディング エネルギー 543kcal	たい焼き エネルギー 556kcal	豆乳プリン エネルギー 502kcal
<b>昼食</b>	20	21	22	23	24	25
	ご飯 スープ 麻婆茄子 カリフラワーの蜜あんかけ マカロニサラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 肉団子の甘酢あんかけ 炒り豆腐 ほうれん草土佐和え 漬物	ちゃんぽん 南瓜の煮物 ブロッコリーサラダ フルーツ	ご飯 味噌汁 サーモンフライ ひじき煮 山吹和え 漬物	ご飯 スープ 豚肉の青椒風 オムレツ ポテトサラダ フルーツ	ご飯 清汁 ほっけの塩焼き 里芋の含め煮 ひじきサラダ フルーツ
3	桜もち エネルギー 558kcal	抹茶まんじゅう エネルギー 645kcal	どら焼き エネルギー 525kcal	コーヒーゼリー エネルギー 532kcal	ヨーグルトケーキ エネルギー 558kcal	チョコパン エネルギー 504kcal
<b>昼食</b>	27	28	29	30	31	
	ご飯 豚汁 鮭のおろし煮 じゃが芋の煮物 ブロッコリーゴママヨ和え 漬物	麻婆豆腐丼 スープ そら豆と卵の炒め物 フルーツ	ご飯 味噌汁 豚肉とナスのトマト煮 大根の煮物 温野菜サラダ 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 スープ 手作りおかず さつま揚げのピリ辛煮 春菊のくるみ和え フルーツ	
3	鈴カステラ エネルギー 537kcal	カルピスゼリー エネルギー 500kcal	選択おやつ エネルギー 517kcal	エクレア エネルギー 591kcal	フルーチェ(ピーチ) エネルギー 557kcal	