

3月献立予定表



	(日)	3月1日 (月)	3月2日 (火)	3月3日 (水)	3月4日 (木)	3月5日 (金)	3月6日 (土)
昼		ご飯・スープ	ご飯・味噌汁	ご飯・すまし汁	ご飯・味噌汁	ご飯・スープ	ご飯・味噌汁
		ハヤシライス	鮭の煮付け	肉団子	タラの梅あんかけ	鶏ときのこのトマト煮	牛肉コロッケ
夕		かぶサラダ	キャベツときのこのパタポ	筑前煮	ちくわと里芋の煮物	シーフードサラダ	卵炒め
		果物	やわらかしゅうまい	青菜浸し	青菜の磯和え	果物	青菜と菊のくるみ和え
昼		ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・すまし汁	ご飯・味噌汁
		ほきの塩焼き	春巻き	白身フライ	豚と大根の煮物	松風焼き	サバの韓国風だれ
夕		キャベツと竹輪の和え物	けんちん煮	ふきと豚肉の炒め煮	マカロニサラダ	春雨サラダ	白菜とベーコンの旨煮
		じゃがいもの煮物	サラダ山芋	ニラ玉	炒り卵と菜の花の和え物	さつまいもの煮物	ブロッコリーのおかか和え

	3月7日 (日)	3月8日 (月)	3月9日 (火)	3月10日 (水)	3月11日 (木)	3月12日 (金)	3月13日 (土)
昼	ご飯・味噌汁	ご飯・かき玉汁	ご飯・味噌汁	ご飯・スープ(ポテト)	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・すまし汁
	さわらの西京焼き	酢鶏	ブリの照り焼き	コロッケ	サバみそ煮	鶏の味噌粕焼き	とんかつ
夕	けんちん炒め	もやしと青菜の中華和え	中華風炒め	いんげんとツナのサラダ	金平ごぼう	切り干し大根煮	五目和え
	キャベツとレーズンのマヨサラダ	果物(洋なし)	ひじき炒り煮	果物	ポテトサラダ	果物(オレンジ)	白和え
昼	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・すまし汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁
	肉じゃが	焼き鮭	マーボーなす	すき焼き風	かにたま	白身フライ	鶏と大根の煮物
夕	山芋とオクラの柚子ポン	根菜の粕煮	キャベツとカニかまのサラダ	オクラともやしの梅和え	青菜の煮浸し	根菜のコンソメ煮	お浸し
	枝豆そぼろ	蒸し卵	厚焼き卵	里芋そぼろ煮	根菜のカレー煮	オクラのなめたけ和え	南瓜サラダ

	3月14日 (日)	3月15日 (月)	3月16日 (火)	3月17日 (水)	3月18日 (木)	3月19日 (金)	3月20日 (土)
昼	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・スープ	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁
	煮込みハンバーグ	エビフライ	里芋と鶏の煮ころがし	肉団子	カレー	赤魚の塩焼き	かれいの照り焼き
夕	リャンパンサンスー	青昆布煮	チンゲン菜のごま酢和え	青菜のナムル	えびとブロッコリーのソテー	ぜんまいの煮物	南瓜のそぼろ煮
	塩昆布和え	旬彩焼き	果物	さつま芋のバター煮	バナナ	キャベツのピーナツ和え	いんげんのくるみ和え
昼	ご飯・味噌汁	ご飯・すまし汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁
	ホキの野菜あんかけ	鶏の甘酢あん炒め	サバの塩焼き	カマンベールチーズフライ	彩りしんじょ	チキンカツ	ロールキャベツ(トマト風味)
夕	春雨サラダ	キャベツの生姜浸し	イカのチリソース風炒め	ほうれん草と卵の炒め和え	ひじきの炒り煮	根菜のたらこ煮	マカロニサラダ
	鶏五目豆	樹氷なめこ	菜の花のお浸し	じゃが芋とさつま揚げの煮	大学芋風	ごぼうサラダ	小松菜のしらす和え

	3月21日 (日)	3月22日 (月)	3月23日 (火)	3月24日 (水)	3月25日 (木)	3月26日 (金)	3月27日 (土)
昼	ご飯・味噌汁	ご飯・すまし汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・すまし汁
	八宝菜	春雨入りプルコギ風	豚肉の高菜炒め	鶏肉の西洋焼き	赤魚の塩焼き	豚肉の生姜焼き	豚玉煮
夕	えびしゅうまい	根菜の煮物	ひとくちがんもの煮物	もやしとピーマンの卵炒め	卵炒め	ほうれん草とツナのサラダ	イカの酢味噌和え
	青菜の庄内麩和え	卵寒天	果物	卵の花	根菜のカレー煮	すき昆布煮	金時豆
昼	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・スープ	ご飯・味噌汁	ご飯・かき玉汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁
	さんまの揚げ煮	揚げシュウマイ	白身魚フライ	ほっけの塩麩焼き	マーボー豆腐	焼き鮭	サバの柚子塩焼き
夕	洋風肉じゃが	れんこんと豚肉の炒め煮	煮浸し	マーボー春雨	青菜の辛子和え	小松菜と油揚げの煮浸し	いんげんのごま和え
	ふわふわ卵あんかけ	白菜と人参のごま和え	バンサンシー	大根サラダ(マヨネーズ)	杏仁フルーツ	エッグサラダ	里芋のそぼろ煮

	3月28日 (日)	3月29日 (月)	3月30日 (火)	3月31日 (水)
昼	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・スープ	ご飯・味噌汁
	鶏のチリコンカン風	鶏の中華炒め	おろしハンバーグ	赤魚の粕漬け焼き
夕	塩昆布和え	フレンチサラダ	根菜のコンソメ煮	切干大根煮
	牛乳寒天	花五目巻き	フルーツヨーグルト	ほうれん草ともやしのごま和え
昼	ご飯・味噌汁	ご飯・すまし汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁
	鱈のカレー南蛮ソース	メンチカツ	鮭のネギ味噌焼き	鶏肉朝鮮焼き
夕	ジャーマンポテト	ゼンマイの和え物	青菜の煮浸し	金平ごぼう
	一口がんもの煮物	じゃがいもの煮物	ひじきサラダ	葱入り厚焼き玉子

庄内まちづくり協同組合 虹
配食センター味彩
 TEL:24-0010
 FAX:33-8800

※献立は、食材の納入状況や季節食材の使用により、変更になる場合がございます。