

3月11日(月)

【朝食】鮭の塩焼き・納豆・卵焼き・ご飯・味噌汁



【夕食】白身魚ホイル焼き・サラダ・コロッケ・ご飯・味噌汁
(塩ラーメンUP)



3月12日(火)

【朝食】コンポタ・ポテト・サラダ・パン・リンゴジュース・プリン



【夕食】豚肉生姜焼き・蓮根天・ご飯・味噌汁
(かき揚げそばUP)



3月13日(水)

【朝食】炊き込みご飯・豚汁・冷奴・ミニたい焼き



【夕食】照焼ハンバーグとエビフライ・プリン・ご飯・味噌汁
(メンチカツUP)



3月14日(木)

【朝食】ゆで卵・サラダ・ポテト・パン・ヨーグルト・AJ



【夕食】かつ丼・肉じゃが・味噌汁
(プチシューUP)



3月15日(金)

【朝食】ゴロゴロ野菜のミネストローネ・サラダ・パン・オレンジジュース・杏仁フルーツ



【夕食】牛肉ちらし寿司・ミニうどん・みかん
(春巻きUP)



3月16日(土)

【朝食】ゆで卵・サラダ・ポテト・パン・オレンジジュース



【夕食】カニチャーハン・唐揚げ・中華スープ・サラダ
(焼きそばUP)



3月17日(日)

【朝食】唐揚げドック・ポテト・ヨーグルト・オレンジジュース



【昼食】

醤油ラーメン・ご飯・温玉・春巻き



【夕食】ハヤシライス・サラダ・パン
(大焼売UP)



3月18日(月)

【朝食】わかめご飯・豚汁・金平・プリン



【夕食】海老天丼・味噌汁・小鉢
(餃子UP)



3月19日(火)

【朝食】目玉焼き・ポテト・ウィンナー・サラダ・パンケーキ
リンゴジュース



【夕食】鶏の唐揚げ・焼売・ご飯・味噌汁
(豚肉おろしソースUP)



3月20日(水)

【朝食】混ぜご飯・にゅう麺・鯛焼き・ヨーグルト



【昼食】
チャンポン風ラーメン・ご飯・肉団子



【夕食】ねぎとろ丼・竹輪天・味噌汁
(茶碗蒸しUP)

