

テイサービスセンター 楨心会東 3月の献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				3月1日	3月2日 【ひなまつり】
				あじの香味焼き	ちらし寿司
				リヨネーズポテト	すまし汁(あさりば)
				ピーマンのツナ和え	照り焼きつくね
					菜の花辛子和え
					桃まんじゅう
3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日	3月9日
カツ丼	鶏肉の香味醤油ソテー	さわらの西京焼き	きつねそば	ほっけの塩焼き	まろやか黒酢豚
金平ごぼう	ブロッコリーカニあん	大根の深川煮	かぼちゃのごま和え	じゃが芋とウインナーソテー	小松菜の炒め煮
ハムマリネサラダ	ツナマヨサラダ	オクラの塩昆布和え	ぶどうゼリー	ほうれん草くるみ	いんげんのサラダ
3月11日	3月12日	3月13日	3月14日	3月15日	3月16日
マーボー豆腐	ポークカレー	赤魚の青のり焼き	豚肉の生姜焼き	肉うどん	ほっけの粕漬け焼き
春巻き	コンソメスープ	野菜のソース炒め	豆腐と春菊のさっと煮	南瓜コロッケ	さつまいもバター醤油煮
小松菜ツナ和え	カリフラワーのオーロラ和え	オクラの中華和え	茄子のだし醤油和え	果物(白桃缶)	もやしと大豆のナムル
	はちみつレモンゼリー				
3月18日	3月19日	3月20日 【春分の日】	3月21日	3月22日	3月23日
塩野菜ラーメン	ポークチャップ	菜飯・けんちん汁	鶏の唐揚げ	あじの南蛮漬け	鶏肉のガリバタソテー
野菜焼売	野菜とベーコン炒め	かれのい香味焼	かぶのカニあんかけ	さつま芋の小豆煮	ビーフンとえびの炒め
ミニたい焼き	南瓜サラダ	ほうれん草の白和え	マカロニサラダ	ブロッコリーおかか和え	ほうれん草と油揚げの和え物
		水ようかん			
3月25日	3月26日	3月27日	3月28日	3月29日	3月30日
旨辛チキン	赤魚の西京焼き	フライ盛り(サーモン、エビカツ)	豚肉の甘辛焼き	ますの照り焼き	チキンカレー
海鮮しゅうまい	茄子と竹輪の炒り煮	焼き豆腐田楽	大根の炒め煮	リヨネーズポテト	コンソメスープ
春雨中華和え	キャベツの塩昆布和え	白菜のだし和え	ほうれん草しらす和え	茄子の梅和え	キャベツサラダ
					果物

◎カレーは目の前でよそい麺類は湯切りしてアツアツで提供します。