

デイケアセンター ら・ぱーす 3月の献立

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					3月1日
					ごはん
					味噌汁
					肉団子と野菜の甘酢あん
					ほうれん草の中華炒め
					大根サラダ
					みかん缶
					パンケーキ
3月3日	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日
ちらし寿司	キーマカレー	ごはん	きつねうどん	ごはん	ごはん
すまし汁	コンソメスープ	味噌汁	青梗菜の炒め物	味噌汁	味噌汁
がんも煮	マカロニソテー	白身フライ	かぼちゃサラダ	さばの味噌煮	肉じゃが
菜の花のゆず和え	フルーツヨーグルト	野菜のコンソメ煮	みかん缶	切干大根の煮物	ピーマンのオイスター炒め
洋梨缶		コールスローサラダ		カリフラワーのツナ和え	小松菜のチーズ和え
		白桃缶		パイ缶	洋梨缶
いちごババロア	エクレア	プリン	たい焼き	コーヒーゼリー	饅頭
3月10日	3月11日	3月12日	3月13日	3月14日	3月15日
ごはん	ごはん	カレーうどん	ごはん	ごはん	ごはん
味噌汁	味噌汁	小松菜の炒め物	味噌汁	味噌汁	味噌汁
タラとごぼうの煮つけ	厚揚げの甘辛炒め	ポテトサラダ	さばの塩焼き	メンチカツ	豚ジンギスカン炒め
青梗菜と厚揚げの炒め物	かぼちゃのどぼろあんかけ	みかん缶	人参のツナ炒め	もやしの炒め物	キャベツのスープ煮
マカロニサラダ	がんも煮		わかめサラダ	フロッコリーのサラダ	いんげんのごま和え
パイ缶	白桃缶		フルーツカクテル缶	洋梨缶	パイヨーグルト
フキシュー	牛乳寒天	エクレア	黒糖饅頭	バニラババロア	抹茶ゼリー
3月17日	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日	3月22日
しょうゆラーメン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
餃子	スープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	スープ
菜の花の炒め物	麻婆茄子	鶏肉の照り煮	豚肉の春雨煮	タラのマヨネーズ焼き	鶏肉と野菜の甘酢あん
洋梨缶	焼売	カリフラワーの玉子とじ	ピーマンのオイスター炒め	ほうれん草のカレーソテー	人参のツナ炒め
	大根の煮物	ビーフン炒め	菜の花のおかか和え	南瓜の煮物	海藻サラダ
	フルーツヨーグルト	パイ缶	洋梨缶	パイ缶	フルーツカクテル缶
抹茶饅頭	フキシュー	パンケーキ	ストロベリーゼリー	エクレア	水ようかん
3月24日	3月25日	3月26日	3月27日	3月28日	3月29日
ごはん	にゅうめん	ごはん	ごはん	チキンカレー	ごはん
スープ	たまごサラダ	味噌汁	味噌汁	スープ	味噌汁
八宝菜	小松菜のお浸し	タラの竜田焼	から揚げ南蛮漬け	フロッコリーのサラダ	ホキのコーンマヨ焼き
肉焼売	みかんヨーグルト	豆腐チャンプルー	じゃが芋の甘煮	フルーツカクテル缶	カリフラワーのソテー
いんげんとハムのサラダ		青梗菜の和え物	コールスローサラダ		いんげんの醤油マヨ和え
パイ缶		洋梨缶	パイ缶		みかん缶
エクレア	プリン	黒糖饅頭	パンケーキ	フキシュー	牛乳プリン
3月31日					
ごはん					
味噌汁					
タラのみそ焼き					
金平ごぼう					
小松菜の白和え					
洋梨缶					
水ようかん					