

月間献立表

平成31年3月

特別養護老人ホーム 新橋さくらの園



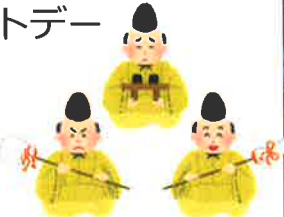
3月の予定



3日 ひなまつり行事食

さくらCafe

14日 ホワイトデー



2019年3月1日(金)	2019年3月2日(土)	2019年3月3日(日)
米飯 鶏肉といんげんの煮物 きゅうりとわかめの酢の物 柴漬け 味噌汁 牛乳	鳴門金時ご飯 彩り卵とじ ふきの佃煮 味噌汁 牛乳	米飯 炒り豆腐 ほうれん草の胡麻和え ぶぶ漬け 味噌汁 牛乳
米飯 メカシキのソースパン粉焼き 牛肉トマト煮 ブロッコリーサラダ キャベツのコンソメ煮 コンソメスープ	米飯 豚肉の竜田揚げ さんまの梅煮 ひじきと里芋の煮物 酢味噌和え 味噌汁	 雑ちらし 菜の花のお浸し さくらもち 吸い物
米飯 鶏肉の西京焼き 絞餡のから揚げ油淋ソース おから煮 ハムと小松菜の和え物 吸い物	米飯 鮭の照り焼き 擬製豆腐 きのこと卵の炒め 青梗菜の辛し和え 味噌汁	米飯 鶏肉のハニーマスタードソース すずきの葱みそ焼き かぶのサラダ アスパラとコーンのソテー コンソメスープ

2019年3月4日(月) 2019年3月5日(火) 2019年3月6日(水) 2019年3月7日(木) 2019年3月8日(金) 2019年3月9日(土) 2019年3月10日(日)

2019年3月4日(月)	2019年3月5日(火)	2019年3月6日(水)	2019年3月7日(木)	2019年3月8日(金)	2019年3月9日(土)	2019年3月10日(日)
米飯 肉団子の照り焼き 切り昆布と油揚げの煮物 すぐき 味噌汁 牛乳	食パン&ジャム プレーンオムレツ パスタソテー コーン入りコースローサラダ コーンスープ 牛乳	米飯 つみれと大根の煮物 ブロッコリーの胡麻和え 大根としその実漬け 味噌汁 牛乳	米飯 厚焼き玉子(禁:高野豆腐煮物) 白菜旨煮 柴漬け 味噌汁 牛乳	米飯 納豆 かぼちゃのそぼろ煮 ふきの佃煮 味噌汁 牛乳	サンドイッチ ポトフ フルーツヨーグルト	米飯 彩り卵とじ きんぴらごぼう ぶぶ漬け 味噌汁 牛乳
米飯 すき焼き風煮 メルルーサの野菜あん 温泉卵 かぶの柚子塩 味噌汁	米飯 むつの明太マヨネーズ焼き 豚肉の野菜炒め にんじんしりしり いんげんくるみ和え 吸い物	米飯 ヒレカツ たらりのオリーブオイル焼き ラタトゥイユ フルーツ(キウイ) コンソメスープ	カレーうどん なすの田楽 コンポート(甘夏みかん)	米飯 スペイン風オムレツ 豚肉と白菜の旨煮 根菜とトマトコンソメとキャベツのサラダ ブロッコリーソテー 味噌汁	米飯 さわらの塩麹焼き 牛肉の田舎煮 ビーフソテー ながいもとおくらの生姜醤油 味噌汁	米飯 鶏肉のハニーマスタードソース シルバーのカラフルあんからめ 京風卵の花 アスパラとコーンのソテー コンソメスープ
米飯 たらのみりん醤油焼き 鶏肉の山椒焼き そーめんチャンプルー いかと人参の和え物 吸い物	米飯 麻婆なす ギンダラゆずみそ焼き 海鮮サラダ リングゼリー 中華スープ	米飯 鮭のちゃんちゃん焼き ポークソテーおろし添え かぶの炒め煮 大根と人参の甘酢 味噌汁	米飯 鶏肉のチーズ焼き 金目鯛煮つけ 新じゃがの揚げ煮 白菜としめじのお浸し 吸い物	米飯 三元豚の味噌くわ焼き まとうだいのゆずみそ焼き 切り干し大根の煮付け インゲンの胡麻和え 吸い物	米飯 チキン南蛮 かじきのバター焼き ソラメとタケノコの和え物 れんこんのきんぴら風煮 吸い物	米飯 トラウトサーモンの照り焼き 牛肉と厚揚げの甘辛 魚河岸揚げと野菜の煮物 春菊とキャベツのお浸し 味噌汁
2019年3月11日(月)	2019年3月12日(火)	2019年3月13日(水)	2019年3月14日(木)	2019年3月15日(金)	2019年3月16日(土)	2019年3月17日(日)
米飯 炒り豆腐 白菜の胡麻和え すぐき 味噌汁 牛乳	食パン&ジャム ジャーマンポテト コールスローサラダ ジュレ コーンスープ 牛乳	米飯 納豆 かぼちゃの煮物 切り干し大根のサラダ 味噌汁 牛乳	米飯 五目厚焼き玉子 なすの吉野煮 柴漬け 味噌汁 牛乳	米飯 鶏肉といんげんの煮物 豆腐とかにかま中華あん 大根としその実の漬け物 味噌汁 牛乳	米飯 プレーンオムレツ おからサラダ 柚子白菜漬け 味噌汁 牛乳	米飯 さんまの甘露煮 さつまあげの煮物 柴漬け 味噌汁 牛乳
米飯 まかじきのミニエルトマトソース 豚肉のミニエルトマトソース ブロッコリーのチーズ焼き さつまいものオレンジ煮 コンソメスープ	米飯 牛皿 きんめだいのしぐれ煮 カリフラワーの中華和え きのこと青菜のバターソテー 吸い物	天津飯 なすと豆苗のソテー 杏仁豆腐 中華スープ	カレーパン なすとトマトのグラタン コンポート(甘夏みかん) かぼちゃポタージュ	米飯 シルバーの生姜ソテー 鶏肉のバーベキュー焼き 白菜と春菊のお浸し 卵豆腐のあんかけ 味噌汁	米飯 鶏肉のおろしポン酢だれ メルルーサのマヨネーズ焼き 揚げ出し豆腐 インゲンとしらすの和え物 味噌汁	たぬきそば もやしとしめじの甘辛炒め 水ようかん
米飯 パンバンジー かれいの煮付け 蒸し餃子 きんぴらごぼう 中華スープ	米飯 さんまのかば焼き風 親子煮 おさつごまがけ ほうれんそうのお浸し 味噌汁	米飯 鮭のガーリックソテー 鶏肉のハーブパン粉焼き 白菜のクリーム煮 ブロッコリーのサラダ コンソメスープ	米飯 すずきの葱蒸し 鶏肉の菜種焼き 豆腐と里芋の肉みそ 白菜の甘酢 吸い物	米飯 豚肉のカレー風味揚げ むつの葱入り黄身焼き きゅうりとセロリのサラダ きのこのしぐれ煮 吸い物	たけのごごはん 下町おでん もやしとほうれんそうのお浸し	米飯 鶏肉のくわ焼き 鯖の塩焼き 小松菜と油揚げの煮びたし じゃがいものそぼろ煮 吸い物

	2019年3月18日(月)	2019年3月19日(火)	2019年3月20日(水)	2019年3月21日(木)	2019年3月22日(金)	2019年3月23日(土)	2019年3月24日(日)
朝食	米飯 肉団子の照り焼き ブロッコリーの胡麻和え すぐき 味噌汁 牛乳	食パン&ジャム 野菜入り卵焼き パスタソテー 粒マスタード入りポテトサラダ コーンスープ 牛乳	米飯 納豆(禁:彩り卵とじ) おからひじき ぶぶ漬け 味噌汁 牛乳	米飯 鯖の味噌煮 スナックえんどうのおひたし たくあん 味噌汁 牛乳	米飯 炒り豆腐 ピーマンとじゃこのくたくた 大根としその実の漬け物 味噌汁 牛乳	菓子パン ホワイトシチュー フルーツヨーグルト	米飯 ひじきと枝豆の寄せ揚げ 若竹煮 柴漬け 味噌汁 牛乳
昼食	B 米飯 かつ煮	米飯 かれのいのチリソース	米飯 焼肉	米飯 たけのごごはん てんぷら	米飯 煮込みハンバーグ	米飯 きんめだいの昆布蒸しぎんあん	米飯 酢豚
	S イカフライ&えびカツ 白菜と水菜の浅漬け フルーツきんとん 吸い物	鶏肉の和風ポトフ風 おから煮 春雨サラダ 味噌汁	太刀魚の甘酢あん 菜の花とかにかまの和え物 切り干しナムル 味噌汁	菜の花の辛子和え いちごのパバロア 吸い物	かれいのフリッター アスパラとコーンのソテー トマトのマリネ かき玉汁	チキンソテーレモン酢おろし 小松菜と油揚げのおかか炒め煮 いんげんの塩こうじ和え 味噌汁	ほきのもろみ焼き きのこのナムル コンポート (パイナップル) 中華スープ
夕食	B 米飯 鯖の生姜煮	米飯 八宝菜	米飯 さわらの木の芽焼き	米飯 親子煮	米飯 たらこのホイル焼き	米飯 マカロニグラタン	米飯 たらこの粕漬け焼き
	S ポークソテーおろし添え 小松菜とさつま揚げのソテー かぼちゃの甘煮 吸い物	あじのトマト煮 かぼちゃの煮物 春雨の中華風酢の物 中華スープ	鶏肉の柚子塩焼き 揚げ出し豆腐のそぼろあん キャベツとホタテの和え物 吸い物	鰯の梅煮 はんぺんときのこのソテー 三色豆 味噌汁	肉じゃが かぶのコンソメ煮 ゆかり漬け 吸い物	キャベツのフレンチサラダ コンポート (もも)	鶏肉ときのこのソテー ほうれんそうのらっきょう和え 大学芋風 味噌汁
朝食	2019年3月25日(月)	2019年3月26日(火)	2019年3月27日(水)	2019年3月28日(木)	2019年3月29日(金)	2019年3月30日(土)	2019年3月31日(日)
朝食	米飯 厚焼き玉子 切り昆布と油揚げの煮物 すぐき 味噌汁 牛乳	食パン&ジャム 鶏団子と小松菜のコンソメあん ポテトサラダ コーンスープ 牛乳	米飯 ちくわと昆布の炒り煮 ひじき豆煮 大根としその実の漬け物 味噌汁 牛乳	米飯 納豆(禁:高野豆腐の煮物) かぼちゃの煮物 かけて美味しいたまご 味噌汁 牛乳	米飯 鶏肉といんげんの煮物 莖わかめさっぱり和え ぶぶ漬け 味噌汁 牛乳	鳴門金時ご飯 焼き鯖 ふきの佃煮 味噌汁 牛乳	米飯 肉団子の照り焼き 彩り卵とじ 柴漬け 味噌汁 牛乳
昼食	B 米飯 かれいのからあげみぞれあん	ビーフカレー	塩ラーメン	米飯	米飯	米飯	米飯
	S 豚肉のしょうが焼き じゃが芋のきんぴら 青梗菜のナムル 味噌汁	米飯 すずきのポン酢醤油 コールスローサラダ 漬物 コンソメスープ	きのこ卵炒め 杏仁豆腐	肉豆腐 めかじきの野菜あんかけ かぼちゃの甘煮 きゅうりとキムチの和え物 味噌汁	さわらの塩麹焼き 和風ハンバーグ がんもの煮物 コンポート (黄桃) 吸い物	メンチカツ アジフライ ツナサラダ かぶと油揚げの煮物 味噌汁	あじの当座煮 鶏肉の菜種焼き 大根とホタテのサラダ 厚揚げの煮物 味噌汁
夕食	B 米飯 豚肉の味噌漬け焼き	米飯 豆腐とかにのあんとし煮	米飯 鶏肉のきじ焼き	米飯 鮭フライ	米飯 豚肉と野菜のオイスターソース炒め	米飯 ひらすの変わりみそ焼き	米飯 豚肉のストロガノフ風
	S ひらすの照り焼き 里芋といかの煮物 白菜と水菜の浅漬け 吸い物	さわらのカラフル蒸し カリフラワーの中華和え りんごヨーグルト 中華スープ	たらこのパセリマヨネーズ焼き 小松菜の辛子和え かぶと人参の煮物 吸い物	鶏肉の照り焼きマーマレード風味 ブロッコリーのかにあん もやしのごま酢和え 吸い物	シルバーのマヨネーズ焼き 水餃子 人参のナムル 中華スープ	鶏肉のたまご衣焼き インゲンの炒め物 大根のゆかり和え 吸い物	鮭のムニエル胡麻ドレッシング アスパラとハムのソテー 菜の花とかにかまの和え物 コンソメスープ

★献立は予定です。都合により、変更することがあります。



今年も節分は、恒例行事の恵方巻き。
72cmの恵方巻を入居者の皆さんと力を合わせて巻きました
そのあと、みんなで巻いたのり巻きを食べて、今年は無病息災

