



令和6年3月献立表




吉富鳳寿園



	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
1 金	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト ナムル・煮物	桜えびご飯 サバのごま煮・白菜汁 ふきの白和え・朴ヅ	親子丼・南瓜のうま煮 素麺の吸い物 なめこ大根おろし
2 土	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 豆腐煮物・酢の物	赤飯・魚の塩焼き ほうれん草マヨネーズ和え そばの吸い物・バナナ	豚肉と玉ねぎの煮物 さっぱりカニポテト 中華風わかめスープ
3 日	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト 鶏肝の甘露煮 春菊のごま和え	 ひな祭り 海老ちらし寿司 天ぷら・吸物・いちご おやつ 桜餅風デザート	魚の煮付け 里芋のそぼろ煮 はんぺんの吸い物 漬け物
4 月	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト ごま和え・大豆煮	カニクリームコロッケ ブロッコリーサラダ あさりスープ・朴ヅ	鮭の塩焼き・漬物 いり豆腐 かきたま汁
5 火	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 高野煮物・和え物	あさりご飯・サラダ 魚の菜の花蒸し 豆乳みそ汁・オレンジ	鶏肉の黒酢煮 杓付アスパラのソテー トマトスープ・漬物
6 水	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 煮物・しらす和え	チキンカレー コールスローサラダ  ムース・ヨーグルト	魚の旨み中華煮 白菜の煮物・漬物 豆腐とカニ薄くず汁
7 木	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 小松菜の煮浸し きゅうりの酢物	白身魚のムニエル 五目オランダ煮 コーンスープ・バナナ おやつ ぜんざい	マーボー豆腐 切干大根のサラダ ほうれん草のかき玉 汁・漬け物
8 金	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 五目煮・なます	豚肉の生姜焼き かぼちゃサラダ けんちん汁・バナナ	魚のあったか蒸し 菜の花のごま和え おぼろ豆腐汁・漬物



	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
9 土	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 煮浸し・ゆかり和	鱈の西京焼き ポテトサラダ 豆腐の吸物・バナナ	サバのごま煮・漬物 たけのこの煮物 ぽかぽか生姜スープ
10 日	ミニパン ピーススープ ポークビーンズ サラダ・ヤクルト	お好み焼き・おにぎり 大根サラダ かきたま汁・いちご おやつ 水ようかん	いわしの甘露煮 白菜の煮浸し 豆腐の吸い物 漬け物
11 月	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 切干煮物・和え物	サンドイッチ・マリネ チキンのトマト煮 ピーススープ・いちご	肉じゃが・漬物 たまご豆腐 なめこの味噌汁
12 火	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト キャベツとツナの煮物 えのき茸和え物	★お弁当★ レタス巻き・煮しめ ひじき煮・菜の花白和 吸い物・プチケーキ・苺	魚の味噌煮 きゅうりとしめじニ ンニク醤油和え 鶏きのこ汁・漬物
13 水	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 南瓜煮物・なます	かしわめし・山かけ汁 サバの塩焼き 菜の花ごま和え・🍊	鶏肉のやわらか煮 杓付アスパラのソテー クリームスープ・漬物
14 木	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 花しんじょ煮物 杓付草ごま和え	豚肉と玉ねぎの煮物 里芋のゆず胡椒煮 茶碗蒸し・オレンジ おやつ フルーチェ	白身魚のムニエル ブロッコリーサラダ コーンスープ 漬け物
15 金	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト キャベツ煮・酢の物	いなり寿司 煮しめ盛合わせ 山芋かき玉汁・バナナ	鮭のレモン醤油焼き ほうれん草白和え とろろ昆布吸物・漬物

	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
16 土	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト がんも煮・酢の物	大根と鶏肉の煮物 春菊のごま和え 菜の花吸い物・ルソヅ	ぶりの照り焼き ポテトサラダ 豆乳みそ汁・漬物
17 日	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト ひじき大豆煮物 えのき茸和え物	ハヤシライス オムレツ・きのこスープ マンゴーヨーグルト おやつ ティラミス	鶏肉の梅酢煮 きゅうりとしめじの ニンニク醤油和え 和風スープ・漬け物
18 月	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 酢の物・里芋煮物	豚肉の生姜焼き チーズサラダ そばの吸い物・バナナ	魚の煮付け・漬物 ほうれん草のごま和え ・豆腐とカニ吸物
19 火	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト カレー煮・ナムル	豆腐ハンバーグ トマトサラダ 白菜スープ・オレンジ	サバのごま煮・漬物 春菊のマヨポン和え しらすのかき玉汁
20 水	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 里芋煮物・酢の物	鮭のフライ風(タルソース) キャベツの塩昆布和え 粕汁・オレンジ	鶏肉の味噌煮 菜の花のごま和え ジュリエンスープ・漬物
21 木	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト ふきのおかか煮 切干大根酢の物	山菜おこわ サバの塩焼き・明太ポ テラ・かき玉汁・バナ おやつ 抹茶水羊羹	豚肉の味噌風味焼き さつま芋の甘煮 素麺の吸い物 漬け物 
22 金	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト ひじきの煮物 小松菜のナムル	喫茶店メニュー ミートソーススパゲティ コールスロー・スープ パン・いちごパフェ	魚の旨み中華煮 トマトの韓国風和え かき玉わかめスープ 漬け物
23 土	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト うずら豆・なます	サイコロステーキ風 もやしのナムル レタススープ・キウイ	魚の酢醤油焼き トマトサラダ・漬物 カニと春雨スープ
24 日	ミニパン ピーススープ ポークビーンズ サラダ・ヤクルト	牛丼・茄子の味噌煮 白菜の塩昆布和え 豆腐の吸物・りんご おやつロールケーキ	鶏肉のごま煮 大根サラダ あさりとトマトのス ープ・漬け物

	朝ごはん	お昼ごはん	夕ごはん
25 月	麦ご飯・パン みそ汁・ヤクルト ほうれん草和え 高野豆腐の煮物	ひじきご飯・鮭の粕煮 はんぺんサラダ 豆腐の吸物・オレンジ	豚肉と玉ねぎの煮物 大根の青じそ和え なめこの和風スープ
26 火	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト サラダ・ふき煮物	鶏肉の唐揚げ ポテトサラダ 豆腐の味噌汁・バナナ	カレーの煮付け たけのこの煮物 小町麩の吸物・漬物
27 水	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 三杯酢・いところ煮	鶏肉の黒酢煮 菜の花のサラダ・🍌 とろろ昆布の吸物	豚肉のあっさり煮 トマトの韓国風和え 白菜ポタージュ・漬物
28 木	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 白菜の煮浸し ひじき生姜酢和	オムライス 鶏肉のクリーム煮 きのこスープ・いちご おやつ たこ焼き	肉豆腐 おかず金平 なめこの吸い物 漬け物
29 金	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 大豆煮・蒸し茄子	だんご汁・おにぎり 煮しめ盛合わせ ごま豆腐・オレンジ	鶏肉の甘辛煮 オクラとしらす和え 素麺のかき玉汁・漬物
30 土	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 金時豆・なます	しらすと生姜ご飯 カレーの煮付け・🍊 カニポテト・茶碗蒸し	焼き鮭のとろろあん コールスローサラダ 鶏きのこ汁・漬物
31 日	麦ご飯・パン 味噌汁・ヤクルト 大豆の五目煮 オクラの和え物	ナポリタン・スープ フロッキーきのこサラ ダ・コーンムース・🍎 おやつ 抹茶ケーキ	秋刀魚の梅煮 ほうれん草のわさび 醤油和え・漬物 鶏肉の五目汁

献立は都合により
変更する場合があります。
ご了承下さい。



QRコードでも

ホームページ

へ飛びます☆



令和6年3月献立表
特別養護老人ホーム
吉富鳳寿園