

3月	2日(月)	3日(火)ひな祭り献立	4日(水)世界の料理・ハンガリー	5日(木)	6日(金)	
	ゆかりごはん <small>みそ汁</small> 鯖の塩焼き 金平ごぼう しっとり饅頭 (吹雪)	ちらし寿司 清汁 がんもの含め煮 やわらかいちごプリン 	パン グヤージュ カリフラワーと枝豆のマヨサラダ オレンジ 	たらこスパゲッティ グリーンサラダ いちごシュークリーム カフェオレ	ごはん たっぷり葱生姜スープ かき玉あんかけ豆腐 春雨サラダ キウイフルーツ	
	598/25.3/3.7	653/20.1/4.0	639/34.6/3.1	665/27.2/2.6	629/26.9/3.5	
	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)ホワイトデー	
	キーマカレー ブロッコリーとコーンの和え物 カルシウムヨーグルト	白身魚フライサンド 野菜スープ もやしのカレーサラダ バナナ <small>しろみ さかな</small>	ごはん <small>みそ汁</small> お好み焼き風つくね焼き ほうれん草の柚子和え りんご <small>この や ふう つくね や</small>	ごはん <small>清汁</small> すき焼き風 キャベツと胡瓜のゆかり和え オレンジ <small>すまし しろみ</small>	空豆とチーズのパンネ ミモザサラダ ☆イチゴショートケーキ 紅茶 	
	641/24.9/3.1	573/19.4/3.8	638/29.9/3.1	568/26.7/3.3	635/24.1/2.7	
	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	
	海老ピラフ コーンポターージュ 南瓜サラダ プリン <small>えび</small>	パン かぶのスープ ハンバーグ&海老フライ りんご <small>かぶ</small>	山菜そば 切干大根のフレンチサラダ しっとりどら焼き 麺の汁を全て飲んだ時の値です。 <small>さんさい</small>	天津飯 わかめスープ チンゲン菜とハムの中華和え 杏仁豆腐 <small>てんしんはん</small>		
	664/20.2/3.5	584/23.3/3.5	654/26.1/8.5	647/23.8/3.7		
	23日(月)	24日(火)世界の料理・アメリカ	25日(水)	26日(木)	27日(金)	
	ごはん <small>みそ汁</small> チキンカツ 胡麻味噌和え フルーチェ (ミックスベリー)	パン クラムチャウダー コールスローサラダ キウイフルーツ 	たぬきうどん 胡瓜とワカメのツナマヨ和え しっとり蒸しケーキ 麺の汁を全て飲んだ時の値です。 <small>きゅうり</small>	豚丼 みそ汁 いんげんのおかか和え オレンジ <small>ぶたどん</small>	竹の子ごはん <small>清汁</small> 赤魚の塩焼き ふきの炊き合わせ 鯛焼き <small>たけ こ</small>	
	745/32.5/4.1	630/26.5/3.9	613/22.1/11.7	628/32.0/3.5	584/27.6/3.9	
	30日(月)	31日(火)世界の料理・スペイン				
	ワンタン麺 餃子 カクテルゼリー 麺の汁を全て飲んだ時の値です。	パン バカラオ風 スパゲティサラダ バナナ 		発注の都合により、献立内容が変更になる場合があります。麺の日は、塩分が高くなっていますが、汁を全て残せば塩分量は約半分以下になります。		
	626/22.3/8.1	628/30.3/3.4	カロリー/たんぱく質/塩分			

★←この星印は、利用者の方のリクエストメニューの事です。