



# 3月のメニュー



月(ごはん)	火(ごはん)	水(パン)	木(ごはん)	金(ごはん)	土(ごはん)
<div style="border: 1px solid orange; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>3日・15日は行事食なので すみれ・ちいたんぽぽ・たんぽぽ組さんの 白ご飯はいりません。</p> </div> 		<b>1日</b> ○鶏肉のマーメイド焼き ○ポテトサラダ ●おにぎり 鶏肉 フロッキー ハム ジャがいも 人参 胡瓜	<b>2日</b> ○骨太卵焼き ○昆布煮 ●納豆チャーハン 鶏ミンチ 卵 人参 玉葱 ちりめん 小松菜 トマト 昆布 糸こんにゃく いんげん	<b>3日</b> ○ちらし寿司 ○すまし汁 ●いちごミルクもち エビ 卵 人参 油揚げ 蓮根 鶏肉 麩 わかめ 葱	<b>4日</b> ○カレーうどん ○和風サラダ ●おせんべい 牛ミンチ 玉葱 人参 葱 しめじ うどん 麺 ちりめん わかめ 胡瓜 キャベツ
		<b>6日</b> ○赤魚のムニエル ○ジャがいもとコーンのソテー ●メープルポテト 赤魚 フロッキー ウイナー ジャがいも コーン 人参 玉葱	<b>7日</b> ○大豆の五目煮 ○桜えびとキャベツ炒め ●りんごヨーグルトケーキ 鶏肉 大豆 人参 里芋 ごぼう こんにゃく 厚揚げ 干椎 いんげん 桜えび キャベツ ピーマン	<b>8日</b> ○クリームシチュー ○切干大根煮 ●ヨーグルト 鶏肉 玉葱 ジャがいも キャベツ 人参 切干大根 油揚げ いんげん 干椎	<b>9日</b> ○豚肉の生姜炒め ○バンバンジー ●マカロニきなこ 豚肉 キャベツ 玉葱 人参 パプリカ しめじ 厚揚げ ささみ 切干大根 胡瓜
<b>13日</b> ○豚汁 ○海苔チーズ納豆 ●マーラーカオ 豚肉 人参 ごぼう キャベツ 豆腐 こんにゃく 葱 海苔 チーズ 納豆	<b>14日</b> ○高野豆腐の卵とじ ○フロッキーのごま和え ●チーズサフレ 鶏肉 エビ 高野豆腐 卵 人参 玉葱 干椎 フロッキー もやし 胡瓜	<b>15日</b> <div style="text-align: center; color: red; font-weight: bold;">お別れ会食</div>	<b>16日</b> ○野菜たっぷりポトフ ○大豆とちりめんの磯煮 ●きなこ団子 ウイナー キャベツ 玉葱 ジャがいも 人参 セロリ トマト 大豆 ちりめん	<b>17日</b> ○サバのごま味噌煮 ○ツナと野菜の和え物 ●マシュマロスナック 鯖 フロッキー ツナ 胡瓜 人参 わかめ キャベツ	<b>18日</b> ○中華丼 ○かぼちゃサラダ ●ビスケット 豚肉 エビ イカ 玉葱 人参 キャベツ しめじ ピーマン ハム かぼちゃ 胡瓜
<b>20日</b> ○春野菜カレー ○マカロニサラダ ●ホットケーキ 鶏肉 玉葱 ジャがいも 人参 キャベツ アスパラ ハム マカロニ 胡瓜	<b>21日</b> <div style="text-align: center; color: red; font-weight: bold;">春分の日</div>	<b>22日</b> ○白身魚のパン粉焼き ○レバーサラダ ●ココアちんすこう 白身魚 トマト 鶏レバー 人参 ジャがいも レタス 胡瓜	<b>23日</b> ○麻婆豆腐 ○中華サラダ ●芋ようかん 豚ミンチ 豆腐 人参 玉葱 ピーマン たけのこ 葱 焼豚 レタス 胡瓜	<b>24日</b> ○肉じゃが ○五目納豆 ●サンドイッチ 牛肉 ジャがいも 人参 玉葱 厚揚げ 糸こんにゃく いんげん 納豆 ちりめん たくあん 胡瓜	<b>25日</b> ○焼きそば ○わかたまスープ 豚肉 中華麺 人参 玉葱 キャベツ もやし ピーマン わかめ 卵
<b>27日</b> ○ポークビーンズ ○春雨サラダ ●さつまいも蒸しパン 豚肉 大豆 玉葱 人参 ジャがいも しめじ ピーマン ハム 春雨 胡瓜 もやし	<b>28日</b> ○鱈の照り焼き ○ひじきサラダ ●おからハム 鱈 フロッキー ハム ひじき 人参 もやし 胡瓜	<b>29日</b> ○豆乳の味噌汁 ○レバー煮 ●お好み焼き 鶏肉 人参 玉葱 こんにゃく 大根 里芋 キャベツ 油揚げ 鶏レバー ニラ 糸こんにゃく	<b>30日</b> ○カルデツ親子丼 ○かみかみサラダ ●フルーツ 鶏肉 卵 人参 玉葱 小松菜 イカ 胡瓜 ごぼう 切干大根	<b>31日</b> ○スペイン風オムレツ ○ツナサラダ ●きなこドーナツ 合挽ミンチ 卵 ジャがいも 玉葱 人参 しめじ ピーマン ツナ レタス 胡瓜	