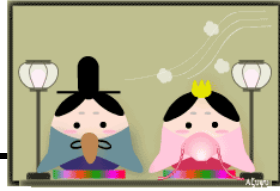


3月昼食メニュー



日	曜日		おやつ
1	金	豚肉と白菜のすき煮、大根と人参の金平、かぼちゃとパプリカの味噌汁	いちごロール
2	土	ビーフカレー 、大根とツナの香味ドレサラダ、ミルク寒天	さくら饅頭
3	日	☆お休み☆	
4	月	レモンチキン、じゃがいもと油揚げの煮物、チゲソ菜と平天のパンパドサラダ、味噌汁	うさぎ饅頭
5	火	野菜かき揚げそば 、高野豆腐と鶏肉のサイロ煮、ブロッコリーの入サラダ	塩キャラメルロール
6	水	親子丼 、里芋と豚肉の煮物、胡瓜とかまぼこの酢の物、赤だし	紫いも饅頭
7	木	白身魚のカツ、キャベツと平天の煮浸し、ブロッコリーと油揚げのピリ辛和え、味噌汁	いもきんつば
8	金	牛肉の和風炒め、やっこ、菜の花の香味ダレ和え、味噌汁	黄味あん饅頭
9	土	白身魚の揚げ浸し、絹揚げとグリルピエスのそばろ煮、味噌汁、洋なし缶のオムレツ	マドレーヌ
10	日	☆お休み☆	
11	月	わかめ汁の煮付、ひじきと豚肉の炒め煮、ほうれん草とちくわの和え物、味噌汁	酒饅頭
12	火	さばの味噌煮、れんこんと油揚げの炒めなます、とろろ、すまし汁	抹茶水ようかん
13	水	豚肉のオムレツ炒め、いかふくさ焼き、チゲソ菜と人参のピエツ和え、味噌かきたま汁	よもぎソフト饅頭
14	木	ホッケの塩麴焼き、クープイリチー、大根のごま酢和え、味噌汁	バームクーヘン
15	金	豚の生姜煮、はたけ菜とツナの炒め物、杏仁豆腐	長崎カステラ
16	土	お好み焼き 、高野豆腐のそばろ煮、ほうれん草のお浸し、味噌汁	黒糖饅頭
17	日	☆お休み☆	
18	月	擬製豆腐、白菜といかの塩煮、味噌汁、マンゴー缶	かぼちゃ饅頭
19	火	牛肉カツ、ベーコンと枝豆の塩バター炒め、味噌汁、春キャベツの浅漬け風	ケーキ
20	水	大豆と鶏肉のスパイシーカレー 、大根の香味ドレサラダ、色寒天	ミニあんぱん
21	木	竹輪くずし 、高野豆腐のサイロ煮、ほうれん草とかまぼこの和え物、味噌汁	たい焼きクリーム
22	金	ハンバーグ、小松菜とちくわの煮浸し、味噌かきたま汁、白桃缶のピエツ	おやつ作り
23	土	さばの塩焼き、切干大根の煮物、やっこ、味噌汁	おやつ作り
24	日	☆お休み☆	
25	月	稲荷寿司 、 あんかけにゅうめん 、大根の豚そばろ煮、かぼちゃといんげんのごまドレサラダ	ゆず饅頭
26	火	さわらの西京焼き、高野豆腐のそばろ煮、しろなの真砂和え、すまし汁	あんずケーキ
27	水	豚肉の生姜丼 、ひじきと油揚げの煮物、キャベツといんげんの塩麴ドレ和え、味噌汁	黒胡麻饅頭
28	木	牛肉の野菜炒め、三色稲荷の煮物、胡瓜とちくわのごま酢和え、味噌汁	チーズ蒸しパン
29	金	赤魚の生姜煮、大根と人参の金平、豚汁、ちりめん山椒	きんつば
30	土	さけの照り焼き、キャベツとあさりの炒め物、いんげんとパプリカの入サラダ、味噌汁	栗饅頭
31	日	☆お休み☆	

都合により変更する場合があります

わかうら園 デイサービスセンター

