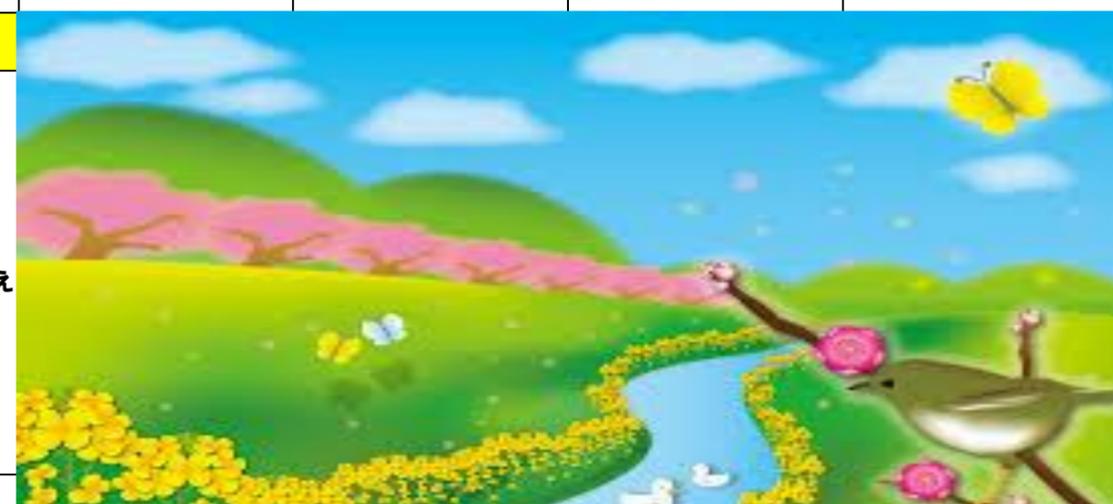


# 予定献立表

## あすなろ(多機能・生活介護)

	3月1日(日)	3月2日(月)	3月3日(火)	3月4日(水)	3月5日(木)	3月6日(金)	3月7日(土)
昼食	<b>赤飯</b> 木の葉とじ 揚げ茄子の煮物 白菜の和風サラダ 味噌汁 オレンジゼリー	<b>きつねうどん</b> 蒸し鶏となすのオイスター炒め 胡瓜の酢の物 果物盛り合わせ	行事食  ひなまつり 散らし寿司 お花の煮物 吸い物 果物盛り合わせ 	<b>味噌ラーメン</b> シューマイ チンゲン菜の中華和え 果物盛り合わせ	<b>ご飯</b> 赤魚の竜田揚げ 菜の花のごま和え 味噌汁 果物盛り合わせ	鶏と野菜の生姜うどん 出し巻き玉子 豆サラダ 杏仁豆腐 果物	<b>ご飯</b> 白身魚の菜種焼き ピーマンとツナの炒め物 白菜の海苔和え 味噌汁 フルーチェ
カロリー	670kcal	470kcal	518kcal	493kcal	541kcal	510kcal	583kcal
	3月8日(日)	3月9日(月)	3月10日(火)	3月11日(水)	3月12日(木)	3月13日(金)	3月14日(土)
昼食	<b>ご飯</b> 肉団子の酢豚風 ナムル 春雨スープ 果物盛り合わせ	<b>チキンカレー</b> 野菜サラダ 漬物 ブルーベリーヨーグルト 果物	春キャベツのうま塩うどん 茄子の煮浸し ほうれん草おろし和え 果物盛り合わせ	<b>ご飯</b> すき焼き風コロッケ 麩の玉子とじ 味噌汁 果物盛り合わせ	<b>ナポリタン</b> さつま芋のレモン煮 フラワーサラダ コンソメスープ 乳酸菌飲料	実演食  ホワイトデー  生活介護 オムライス トマトサラダ コンソメスープ ※おしゃれなプリン ※多機能は、果物盛り合わせ	<b>ご飯</b> 豚肉の生姜炒め 大根とじゃこの炒め煮 ひじきサラダ 味噌汁 コーヒーゼリー
カロリー	575kcal	671kcal	521kcal	682kcal	694kcal	716kcal	667kcal
	3月15日(日)	3月16日(月)	3月17日(火)	3月18日(水)	3月19日(木)	3月20日(金)	3月21日(土)
昼食	<b>ご飯</b> さごしのおろし煮 煮奴 小松菜の和え物 吸い物 水ようかん	<b>肉うどん</b> キャベツの柚子風味炒め チンゲン菜の土佐和え ぶどうゼリー 果物	<b>ご飯</b> かつとじ ひじき煮 ほうれん草のお浸し 赤だし ヨーグルト	<b>焼きうどん</b> 揚げ茄子の煮物 白菜の酢の物 果物盛り合わせ	行事食  春分の日 鮭散らし寿司 若竹煮 菜の花のお浸し 赤だし いちごゼリー	<b>ご飯</b> 鶏肉と野菜の焼き鳥風 厚揚げの生姜煮 青じそサラダ 味噌汁 乳酸菌飲料	<b>ご飯</b> かに玉あんかけ 蒸し餃子 チンゲン菜のお浸し 中華スープ フルーチェ
カロリー	566kcal	573kcal	596kcal	557kcal	566kcal	713kcal	546kcal
	3月22日(日)	3月23日(月)	3月24日(火)	3月25日(水)	3月26日(木)	3月27日(金)	3月28日(土)
昼食	<b>ご飯</b> 鱈のねぎマヨ焼き キャベツのそぼろ炒め 吸い物 果物盛り合わせ	<b>ご飯</b> ポークピカタ マカロニのバターソテー 海藻サラダ 果物盛り合わせ	玉子とじうどん 焼豚のゴマ油炒め なすのお浸し 果物盛り合わせ 	☆岐阜ご当地メニュー <b>ご飯</b> 鶏ちゃん 大歳のごっつお風 柿なます すったて汁 プリン 	塩麩豚と梅うどん 豆と野菜の彩煮 チンゲン菜のお浸し 果物盛り合わせ	<b>キーマカレー</b> 漬物 サウザンサラダ いちごヨーグルト 果物	<b>ご飯</b> 鶏肉のマーマレード焼き フランク入ソテー 和風春雨サラダ コンソメスープ 乳酸菌飲料
カロリー	586kcal	640kcal	506kcal	657kcal	509kcal	681kcal	665kcal
	3月29日(日)	3月30日(月)	3月31日(火)				
昼食	<b>ご飯</b> 揚げ魚の葱だれがけ うの花 菜の花の辛子和え 味噌汁 抹茶羊羹	<b>坦々うどん</b> 枝豆と冬瓜の中華煮 三度豆と竹輪の煮浸し 果物盛り合わせ	<b>ご飯</b> 豆腐チャンプルー ひじき煮 菜の花のわさび醤油和え 吸い物 フルーチェ				
カロリー	598kcal	483kcal	572kcal				

\* 献立は発注の関係上、変更する場合がありますのでご了承ください