



# 2024年 3月 献立表



月	火	水	木	金	土
				1	2
				ちらし寿司 若竹煮 ほうれん草の和え物 清汁 ひなあられ I祉* - 456 kcal	<b>お休みです</b> (給食はありません) 
				4	5
ご飯 豚キムチ 竹輪の磯部揚げ 小松菜の和え物 中華スープ I祉* - 657 kcal	ご飯 カレイのおろし煮 シュウマイ 白菜の胡麻和え 味噌汁 I祉* - 715 kcal	ご飯 鶏の唐揚げ 冬瓜のくず煮 キャベツの和え物 味噌汁 I祉* - 827 kcal	ご飯 煮込みハンバーグ 南瓜の甘煮 スパゲティサラダ 味噌汁 I祉* - 988 kcal	ご飯 ラーメン コロッケ なすの生姜和え I祉* - 680 kcal	ご飯 野菜炒め がんもの煮物 菜の花の胡麻和え 味噌汁 I祉* - 654 kcal
11	12	13	14	15	16
ご飯 ビーフシチュー ほうれん草ソテー かぼちゃサラダ I祉* - 761 kcal	ご飯 海老フライ & 白身魚フライ 人参しりしり 小松菜お浸し 味噌汁 I祉* - 1250 kcal	ご飯 鶏のネギ塩だれ 大豆煮豆 青梗菜の和え物 中華スープ I祉* - 694 kcal	ご飯 けんちんうどん 千切り大根煮 カニ風味サラダ I祉* - 760 kcal	牛丼 しろ菜の炒め物 大根マリネ 味噌汁 I祉* - 697 kcal	<b>お休みです</b> (給食はありません) 
18	19	20	21	22	23
ご飯 ホイコーロー ごった煮 竹輪サラダ 味噌汁 I祉* - 678 kcal	ご飯 鶏のチリソース 南瓜の煮物 しろ菜の辛子醤油和え 中華スープ I祉* - 823 kcal	<b>お休みです</b> (給食はありません) 	カレーライス 野菜サラダ いちごゼリー I祉* - 963 kcal	ご飯 鱧の幽庵焼き 大根の炒め煮 白菜と揚げの煮びたし 味噌汁 I祉* - 604 kcal	親子丼 じゃが芋甘辛煮 コールスローサラダ 味噌汁 I祉* - 888 kcal
25	26	27	28	29	
ご飯 ミートソーススパゲティ イカフライ ブロッコリーわさびマヨネーズ コンソメスープ I祉* - 1062 kcal	ご飯 チキンカツ 大根のそぼろ煮 菊菜の和風和え 味噌汁 I祉* - 943 kcal	ご飯 豚とキャベツの味噌炒め なすの生姜煮 マカロニサラダ 中華スープ I祉* - 714 kcal	ご飯 ホキのハニーマスタードソース レンコン炒め うまい菜のナムル風 味噌汁 I祉* - 788 kcal	マーボー丼 ほうれん草煮 カリフラワーの胡麻和え 味噌汁 I祉* - 707 kcal	<b>お休みです</b> (給食はありません) 