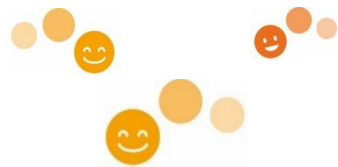




3月献立予定表(夕)



日	月	火	水	木	金	土
					1 ホイコーロー 青菜と豆腐のとりみ煮	2 赤魚の塩麹焼き べっこう煮
3 ほっくり かぼちゃコロッケ 人参しりしり	4 にしん塩蒸し 切り昆布と油揚げの煮物	5 具たくさん酢鶏 担々風春雨	6 カレーの煮付け ふきと油揚げの煮物	7 豚肉と 3種の野菜塩炒め さつま揚げと白菜の煮浸し	8 にしん蒲焼き 豚肉と根菜の塩だれ	9 チーズ入りチキンカツ 揚げ茄子とインゲンの和風生姜あんかけ
10 ぶり大根 キャベツと鶏肉の中華風炒め	11 菜の花入りコロッケ 茄子のアラビアータ風	12 マスの塩焼き さつま芋と豚肉の胡麻味噌煮	13 豆腐と豚肉の スタミナ炒め 小さなねぎ焼き	14 イワシの柔らか煮 青梗菜とイカの炒め	15 春雨と豚肉の 醤油炒め さつま芋の甘露煮	16 天然ブリの照焼き 人参とわかめの土佐煮
17 チキンステーキ マッシュポテト	18 あぶらカレーの照り煮 蓮根とこんにゃくのそぼろ煮	19 やわらか豚の生姜焼き はんぺんと小松菜の煮浸し	20 焼きサバ 人参とわかめの土佐煮	21 鶏つくねと大根の煮物 白菜と春雨の煮物	22 イワシの生姜煮 さつま芋と昆布の煮物	23 麻婆茄子 ブロッコリーの彩り餡かけ
24 イワシの梅煮 揚げ茄子とインゲンの和風生姜あんかけ	25 厚揚げの醤油あんかけ 大根と人参のそぼろ煮	26 タラの甘酢あん お麩の味噌煮込み	27 肉じゃが 野菜の柚子胡椒炒め	28 赤魚の照り煮 ちんげん菜と豚肉の炒め	29 大根と鶏肉の旨煮 海老の和風玉子とじ	30 赤魚の煮付け ひじき煮
31 ハンバーグ 和風きのこソース さつま芋の煮しめ						

※献立予定は予告なく変更させて頂く場合がございます