




# グループホーム いぼりの里 3月予定献立表 (後半分)



16 日	お休み 	24 月	昼： きのご飯・鶏の煮込み風・五色和え 挽肉炒め・スープ 夕： ご飯・豆腐しゅうまいあんかけ・味噌炒め かつおぎゅうり・清汁
17 月	昼： ご飯・関東煮・酢味噌和え・揚げ物・かき玉汁 夕： ご飯・厚焼玉子・中華酢の物・レバニラ炒め 清汁	25 火	朝： ご飯・味噌汁・魚の甘塩焼き・青菜煮 昼： ご飯・生揚げのコンソメ煮・ごま和え・揚げ物 味噌汁 夕： 塩豚丼・梅煮干粉和え・ソテー・牛乳・味噌汁
18 火	朝： ご飯・味噌汁・やわらか豆腐寄せ・味付のり 昼： ご飯・野菜の洋風煮・トマトサラダ マヨネーズ和え・味噌汁 夕： そぼろちらし寿司・きんぴら・和え物 味噌汁・プリン・ジュース	26 水	朝： ご飯・味噌汁・半熟オムレツ・味付のり 昼： 焼きそば・きのごサラダ・チリソース煮 ヨーグルト・とろろ昆布汁 夕： ご飯・五目豆腐・炒り玉子・塩昆布和え 味噌汁
19 水	朝： ご飯・味噌汁・おろし団子・ふりかけ 昼： 食パン(ジャム)・バイウドチキン・コーンサラダ ジュース・ゼリー・クラムチャウダー	27 木	朝： ご飯・味噌汁・やわらか豆腐寄せ・ふりかけ 昼： 食パン(ジャム)・ムニエル・トマト煮・果物 豆乳・スープ 夕： ご飯・鶏の青しそ焼き・きんぴら・しぐれ煮 味噌汁
20 木	お休み・春分の日 	28 金	朝： ご飯・味噌汁・味豆昆布・味付ツナ 昼： ご飯・豆腐のとろみ煮・甘辛炒め・からし和え 味噌汁
21 金	昼： 五目うどん・和風サラダ・揚げ物・デザート 夕： ご飯・豚肉の焼びたし・拌三絲・エビチリ 中華風スープ	29 土	お休み 
22 土	朝： ご飯・味噌汁・スクランブルエッグ・切干煮 昼： カレーライス・柚子香和え・フルーツヨーグルト 赤だし	30 日	お休み 
23 日	お休み 	31 月	昼： ご飯・鶏の甘辛焼き・切干大根煮・青菜炒め 味噌汁 夕： ご飯・蒸し餃子・辛み炒め・甘辛煮 中華風スープ