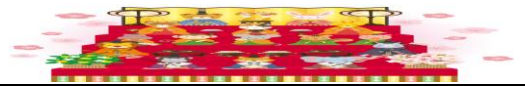


いほいの里 3月予定献立表



1 日	お休み ヤス	16 月	ごはん・味噌煮・生姜あえ・大根煮・かき玉汁 ミソ ニ ショウガ ダイコン ニ タマシ
2 月	梅おろしうどん・大根サラダ・フライ・ゼリー ウメ ダイコン	17 火	食パン（ジャム）・野菜の洋風煮・豆腐サラダ ショク ヤサイ ヨウフウ ニ トウ マヨネーズあえ・牛乳・スープ ギョウニウ
3 火	★ お楽しみ献立 ★ ひな散らし寿司・花形ハンバーグ・酢みぞ和え 清汁・デザート	18 水	長崎ちゃんぽん・酢味噌あえ・高野煮・デザート ナガサキ スミソ コウヤ ニ
4 水	食パン（ジャム）・魚のパン粉焼・キャベツサラダ ショク サカナ コナ ヤキ フルーツ寒天・牛乳・清汁	19 木	ロールパン・エビフライ・コーンサラダ・ゼリー ジュース・ミネストローネ
5 木	玉子とじうどん・グリーンサラダ・ヨーグルト タマゴ ニクマ インゲン肉巻	20 金	お休み
6 金	ごはん・麻婆茄子・中華酢の物・チリ卵 マーボ ナス チュウカ ス/モノ タマゴ ワカメスープ	21 土	お休み
7 土	食パン（ジャム）・鶏の味噌チーズ焼・ジュース レタスサラダ・クラムチャンダー・果物	22 日	お休み
8 日	お休み	23 月	味噌きしめん・大根サラダ・フライ・ゼリー ミソ ダイコン
9 月	食パン（ジャム）・南蛮漬・高野サラダ ショク ナンバンヅケ コウヤ フルーツポンチ・牛乳・スープ ギョウニウ	24 火	ごはん・魚の梅干煮・五色あえ・挽肉め サカナ ウメ ホ ニ ゴショク ヒキニク 味噌汁 ミソシ
10 火	山菜うどん・トマトサラダ・揚げ物・ゼリー サンサイ アゲモノ	25 水	食パン（ジャム）・生揚げコンソメ煮・ピザロール ショク ナマ ア ニ スイートサラダ・牛乳・ポタージュ ギョウニウ
11 水	チキンライス・大豆サラダ・クリーム煮 ダイズ ニ スープ	26 木	焼そば・きのこサラダ・魚のチリソース ヤキ サカナ ゼリー・スープ
12 木	食パン（ジャム）・ビーフシチュー・グラタン ショク コーヒーゼリー・ジュース	27 金	カレーライス・柚子香あえ・コロッケ ユズカオリ フルーツヨーグルト
13 金	味噌ラーメン・長芋サラダ・揚げ物・プリン ミソ ナガイモ アゲモノ	28 土	食パン（ジャム）・ムニエル・トマト煮・果物 ショク トウニウ ニ クダモノ 豆乳・コーンポタージュ
14 土	お休み	29 日	お休み
15 日	お休み	30 月	ロールパン・豚肉のクリームソース・ツナサラダ ブタニク フルーツ寒天・ジュース・スープ カンテン
★ 春分の日(3月20日) ★ 自然に感謝して春を祝福する日 昼と夜の長さがほぼ同じになる日 「春分」は太陽の動きをもとに1年間24に分けた(二十四分節)自然をたたえ 生物をいつくしむ～ご先祖様を供養して墓参しぼた餅を食べる風習 小豆の赤は魔除け・厄除けの力あり 春＝ぼた餅 / 秋＝おはぎ		31 火	きつねうどん・玉子の柔らか寄せ・ポン酢あえ タマゴ ヤワ ヨ ヨーグルト ズ