

# 令和3年3月

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
ドライカレー 厚揚げの旨煮 パプリカサラダ フルーツ 桃のヨーグルトケーキ 牛乳	ご飯 鯖のコーンマヨネーズ焼き ナムル 豆腐入り豆乳汁 フルーツ 洋風わかめおにぎり お茶	梅の炊き込みご飯 レモン鶏 あすっこの磯香和え あさり汁 フルーツ いちごクレープ 牛乳	マーボー豆腐丼 ひじきとれんこんの煮物 白菜の中華和え フルーツ カルシウムトースト 牛乳	パン みそラーメン かぼちゃの煮物 キャベツの昆布和え フルーツ 黒米さつまいもおにぎり お茶
				
8	9	10	11	12
親子丼ぶり じゃがいもの煮物 きゅうりとわかめの酢の物 フルーツ ココアくずもち 飲むヨーグルト	ご飯 豚肉の生姜焼き 青菜のきのこ和え 大根の味噌汁 フルーツ 明太じゃがチーズ 牛乳	ぎょうざめし 焼きししゃも (ひよこ・りす…白身魚) 白菜のおかか和え 中華風スープ フルーツ カルビスゼリー・牛乳	ご飯 鯖の竜田揚げ 大根サラダ 豆腐の味噌汁 フルーツ お豆ザクザククッキー 牛乳	セルフサンドバーガー ハンバーグ コールスローサラダ コンソメスープ フルーツ 鶏そぼろおにぎり お茶
				
15	16	17	18	19
中華丼ぶり ベイクドポテト 青菜のじゃこ和え フルーツ ごまごま豆腐パン 牛乳	ご飯 鮭のカリッとフライ風 もやしの中華風酢の物 あすっこの味噌汁 フルーツ 茶飯おにぎり お茶	<b>弁当の日</b>	ご飯 若鶏の香味焼き ハリハリサラダ かぼちゃの味噌汁 フルーツ フルーツサンド 牛乳	パン 豚肉と野菜のカレー炒め マカロニサラダ 豆腐スープ フルーツ アスパラと揚げのおにぎり 牛乳
				
22	23	24	25	26
ハヤシライス 切干大根の煮物 ゆかり和え フルーツ 抹茶蒸しパン 牛乳	ご飯 さばのネギソース焼き 白菜とツナのごま和え なめこ汁 フルーツ ストーンクッキー 牛乳	パン ポークチャップ きゅうりのさっぱり和え ごま入りコーンスープ フルーツ 青菜とじゃこのおにぎり お茶	菜飯ご飯 手羽元の甘酢煮 ブロッコリーのマヨサラダ には玉スープ フルーツ ふの青のリスナック 牛乳	ご飯 鮭のきのこマヨソース キャベツのおかか和え 麩とわかめの味噌汁 フルーツ チーズ昆布おにぎり お茶
				
29	30	31		
きのこピラフ カレイの甘酢焼き ポテトサラダ はんぺん汁 フルーツ 四角いメロンパン 牛乳	<b>希望保育(弁当の日)</b>			
				