


令和3年3月の献立

献立表

月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				金曜日				土曜日			
1・15				2・16				17				4・18				5・19				6			
初期		中期・後期		初期		中期・後期		初期		中期・後期		初期		中期・後期		初期		中期・後期		初期		中期・後期	
つぶし粥	米	【中期】 リゾット 【後期】 ハヤシ ライス	米 人参 玉葱 鶏ミンチ じゃが芋 ブロッコリー ケチャップ (後期)	つぶし粥	米	【中期】 お粥 【後期】 軟飯	米	つぶし粥	米	【中期】 和風雑炊 【後期】 和風丼	米 豆腐 人参 玉葱 グリーンピース	つぶし粥	米	【中期】 お粥 【後期】 軟飯	米	つぶし粥	米	【中期】 お粥 【後期】 軟飯	米	つぶし粥	米	【中期】 お粥 【後期】 軟飯	米
ささみ ペースト	ささみ			白身魚 ペースト	白身魚	白身魚の煮物	白身魚 小松菜 玉葱	豆腐 ペースト	豆腐	南瓜サラダ	南瓜 胡瓜	ささみ ペースト	ささみ	鶏ミンチの 野菜煮	鶏ミンチ キャベツ 色ピーマン	白身魚 ペースト	白身魚	白身魚の 煮物	白身魚 玉葱 ピーマン	ささみ ペースト	ささみ	オレンジ	
人参 ペースト	人参	カラフル サラダ	人参 色ピーマン	小松菜 ペースト	小松菜	もやしのおひたし	もやし 人参	南瓜 ペースト	南瓜	野菜汁	キャベツ 玉葱	胡瓜 ペースト	胡瓜	おひたし	チンゲン菜 人参	人参 ペースト	人参	人参サラダ	人参 キャベツ	人参 ペースト	人参		
★南瓜あべかわ				ビスケット				★オレンジケーキ				★さつまいもスティック				バナナ				ウエハース			
8・22				9・23				10・24				11・25				12							
初期		中期・後期		初期		中期・後期		初期		中期・後期		初期		中期・後期		初期		中期・後期		初期		中期・後期	
つぶし粥	米	【中期】 お粥 【後期】 軟飯	米	つぶし粥	米	【中期】 お粥 【後期】 軟飯	米	つぶし粥	米	【中期】 お粥 【後期】 軟飯	米	つぶし粥	米	【中期】 お粥 【後期】 軟飯	米	つぶし粥	米	【中期】 お粥 【後期】 軟飯	米	豆腐ペースト	豆腐	豆腐と野菜の 和風煮	豆腐 人参 じゃが芋
豆腐ペースト	豆腐	豆腐の 野菜煮	豆腐 玉葱 ブロッコリー	ささみ ペースト	ささみ	ささみの くたくた煮	ささみ 人参 ピーマン	ささみ ペースト	ささみ	鶏の 野菜煮	鶏ミンチ 人参 玉葱 グリーンピース	白身魚 ペースト	白身魚	白身魚の 野菜煮	白身魚 玉葱 菜の花	キャベツ ペースト	キャベツ	おひたし	キャベツ 大根	キャベツ ペースト	キャベツ	人参スープ	人参 玉葱
ブロッコリー ペースト	ブロッ コリー	ポテト サラダ	人参 じゃが芋	胡瓜 ペースト	胡瓜	スティック サラダ	胡瓜 大根	人参 ペースト	人参	もやしサラダ	もやし キャベツ	さつまいも ペースト	さつまいも	さつまいも サラダ	さつまいも 人参								
【中期】 ★野菜おじや				★りんごゼリー				★ほうれん草ケーキ				★人参蒸しパン				せんべい							
【後期】 ★おかかおにぎり				りんご 粉寒天 三温糖(後期)				ほうれん草 小麦粉 塩 ベーキング パウダー 三温糖 (後期)				人参 塩 小麦粉 ベーキング パウダー 三温糖 (後期)											
米 玉葱 人参				米 かつお節																			

★3月 旬の食材★

キャベツ 菜の花
ブロッコリー
ほうれん草
いちご
鯖 ぶり



※献立は都合により変更する場合があります。 ※後期食は味付けに醤油や塩を極少量使用しますがなるべく素材そのものの味で提供します。
 ※★マークは手作りおやつです。 ※毎日10時15時にお茶または牛乳を飲んでいきます。

- 【3月3日 ひなまつり&お誕生感謝会】
 【初期】 ・ つぶし粥…米 ・ 白身魚ペースト…白身魚 ・ ブロッコリーペースト…ブロッコリー
 【中期】 ・ お粥…米 【後期】 ・ 軟飯…米
 ・ 白身魚の彩り煮…白身魚・ブロッコリー・玉葱
 ・ コールスローサラダ…キャベツ・胡瓜・人参
 ・ オニオンスープ…玉葱・人参

- ★おやつ
 ・ バナナケーキ…バナナ・小麦粉・塩・ベーキングパウダー・三温糖(後期)