

2026年 3月献立表

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)
牛肉のチャプチェ	サバのカレーマヨ焼き	みそかつ	サワラの洋風焼き	チキン南蛮宮崎風
ヤンニョムちくわ	ミートボール	ジャガイモのマスタード和え	レンコンのマスタード炒め	コールスローサラダ
チジミ	菜の花のペペロンチーノ	大根のあんかけ	コーンコロッケ	たらこスパゲッティ
ほうれん草ナムル	キャロット	ほうれん草と鶏の和え物	ひじきの和え物	サツマイモの甘煮
I初キ* - 363kcal	I初キ* - 328kcal	I初キ* - 290kcal	I初キ* - 332kcal	I初キ* - 526kcal
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)
サワラの胡麻味噌やき	タンドリーチキン	白身魚のすりおろし野菜ソース	タラフライのタルタルソース	鶏のから揚げ
小松菜のたまごあん	マッシュポテト	マカロニサラダ	レンコンとベーコンのマスタード炒め	コールスローサラダ
肉団子と和風スパ	厚揚げのあんかけ	ミートボール	ミートボール	マカロニのカレー煮込み
おからのサラダ	小松菜のコンソメ風味	大根のピーナッツ和え	白菜の和え物	大根とパプリカのマリネ
I初キ* - 356kcal	I初キ* - 374kcal	I初キ* - 293kcal	I初キ* - 338kcal	I初キ* - 423kcal
16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)
牛肉のスタミナ炒め	あんかけちゃんぽん風	赤魚の煮付け	ヤンニョムチキンチーズ	
チキンリング	柚子胡椒の蓮根わり天	和風ポテトサラダ	さつまいものハニーミルク煮	
塩レモン春雨	大根のふわとろ卵あんかけ	ミートボール	キャベツのチコレギサラダ	
海苔塩大根	明太マヨポテト	卵の花	大根ナムル	
I初キ* - 329kcal	I初キ* - 288kcal	I初キ* - 297kcal	I初キ* - 363kcal	
				しゅんぶん ひ 春分の日
23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
豚バラの豆乳ソースがけ	照りマヨチキン	エビカツ	カレーライス	トマトソースのチーズハンバーグ
大根のコンソメ炒め	ブロッコリーのガーリック炒め	ブロッコリー炒め		コロッケ
アジの大葉フライ	春雨の肉みそとじ	たらこスパゲッティ		やみつき人参
さつまいものレモン煮	大根のさっぱりサラダ	大根サラダ		ほうれん草のコーンソース
I初キ* - 334kcal	I初キ* - 351kcal	I初キ* - 396kcal		I初キ* - 310kcal
30日(月)	31日(火)			
お花見弁当	和風カツの卵とじ			
	やみつき人参			
	厚揚げ白味噌あん			
	小松菜のおひたし			
	I初キ* - 320kcal			