

# 献立表

期間：2026年03月 食種：★病院常食

※都合により内容が変更になる場合があります

	日 1日	月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日	土 7日
朝食	ごはん 味噌汁(キャベツ玉葱) 卵焼き 肉みそ ★牛乳	クロワッサン ソウルフード(白菜人参) ウィンナー ブロッコリーのカレー和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(鶏肉なす) がんも煮付・がんも 法蓮草と鮭の和え物 ★牛乳	ごはん 味噌汁(豆腐玉葱) 肉団子(ゆず風味) かぼちゃの明太和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(ツツ芋玉葱) 白菜と豚肉の炒め煮 ブロッコリーのカレー和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(なす法蓮草) 高野豆腐とツツ芋揚煮 鶏そぼろの生姜風味 ★牛乳	ごはん 味噌汁(大根揚げ) さばの塩焼き(朝食用) 青菜の辛子マヨネーズ ★牛乳
昼食	赤飯 さばの塩焼き 白和え 清汁(麩) パンパオ	ごはん 豚肉のごま味噌煮 焼きなす・ボン酢 清汁(法蓮草揚げ) デザート(水ようかん)	ねぎとろ丼 厚揚げの香味漬け 清汁(麩) ひなあられ	ごはん 麻婆茄子 高野豆腐の卵とじ 清汁(白菜揚げ) 栄養強化ゼリー(ビーツ)	ごはん 鶏のトマトソース(食) 南瓜の煮物 味噌汁(厚揚げ人参) デザート(水羊羹/ソウ)	ごはん ぎょうざ・ボン酢 春菊のチーズ和え 清汁(豆腐玉葱) デザート(三色豆)	ごはん あじの南蛮漬け ひじきの炒め煮 味噌汁(キャベツ玉葱) デザート(ツツ芋甘煮)
夕食	ごはん からあげ 麩と野菜の甘辛煮 とろろ風	ごはん さわらの黒酢煮 ふんわり洋風卵とじ 茄子とツナの和え物	ごはん 鶏のクリーム煮 やわらか蓮根金平 さつまいもサラダ	ごはん 鶏肉の味噌炒め 大根とごぼうの和風煮 かつおと竹輪の和え物	ごはん あじの煮付け 大豆の煮物 キャベツと蒸鶏のツツ和え	ごはん ぶりの煮付け じゃが芋の肉味噌煮 わかめの酢の物	ごはん さつまいもメンチカツ いもとそら豆の甘辛 白菜の中華和え
8日		9日		10日		11日	
朝食	ごはん 味噌汁(厚揚げ玉葱) ふんわりかに玉 山椒ちりめん ★牛乳	ごはん 味噌汁(法蓮草揚げ) 五目豆腐の煮付 茄子の辛子マヨネーズ和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(キャベツ玉葱) おろし(トマトミド) ひじきの和え物 ★牛乳	ごはん 味噌汁(ツツ芋人参) 揚げなすの煮浸し 春菊の練りマヨネーズ和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(鶏肉玉葱) 切昆布と大豆の煮物 キャベツと卵の和え物 ★牛乳	ごはん 味噌汁(なす玉葱) がんも煮付・がんも 法蓮草のお浸し(ソウ) ★牛乳	ごはん 味噌汁(ツツ芋人参) 厚揚げの香味漬け キャベツとごぼう和え ★牛乳
昼食	ごはん 白身魚のフリッター(丸型) りー)大根おろし かぼちゃサラダ 清汁(鶏肉白菜)	ごはん 親子丼 ビーフンの炒め煮 味噌汁(高野豆腐玉葱) 栄養強化ゼリー(アロ)	ごはん かれいのから揚げ 大根と厚揚げの生姜煮 味噌汁(玉葱おつゆ) デザート(水ようかん)	ごはん 鶏肉の中華あん ふんわり卵とじ 清汁(白菜揚げ) デザート(ヨーグルト)	ごはん 鶏肉100g 担々麺風 ミニコロケ 栄養強化ゼリー(オリーブ)	ごはん ハンバーグマトソース 白菜のクリーム煮 ソウルフード(大根玉葱) デザート(ツツ芋甘煮)	ごはん にしんの照り煮 えびつみれの煮物 味噌汁(高野豆腐玉葱) りんごのデザート
夕食	ごはん 肉団子のツツマヨネーズ煮 やわらか蓮根と鶏肉 大根なます	ごはん さわらの味噌煮 さつまいもの煮物 コールスローサラダ	ごはん ポークビーンズ 鶏と里芋の煮物 白菜のドレッシング和え	ごはん 白身魚のカレー風味 マヨネーズ和え ブロッコリーとごぼう和え	ごはん メバルの西京焼き 煮奴 大根の明太和え	ごはん 白身魚の甘酢あん やわらかごぼうの旨 豆サラダ	ごはん 豚じゃが 玉子と豆腐のしんじ 三色ビーツの中華風
15日		16日		17日		18日	
朝食	ごはん 味噌汁(豆腐玉葱) ウィンナー ブロッコリー練りマヨネーズ和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(厚揚げ玉葱) 卵焼き とろろ風 ★牛乳	ごはん 味噌汁(法蓮草麩) 大根と豚肉のバニラ煮 キャベツと鮭の和え物 ★牛乳	ごはん 味噌汁(玉葱揚げ) 肉団子(ゆず風味) 青菜の和え物(ソウ) ★牛乳	ごはん 味噌汁(ツツ芋人参) 茄子のそぼろあんか 大根サラダ ★牛乳	ごはん 味噌汁(高野豆腐玉葱) ごた煮 肉みそ ★牛乳	チーズパン コンソープ おろし(トマトミド) かぼちゃのツツマヨネーズ和え ★牛乳
昼食	ごはん とり天 マカロニサラダ 味噌汁(白菜揚げ) デザート(三色豆)	あさりごはん かつおの香味焼き(花椒) 南瓜のそぼろ煮 清汁(鶏肉大根) デザート(水羊羹/ソウ)	キーマカレー グリンピースのツツマヨネーズ和え 福神漬け 野菜ポタージュ デザート(ヨーグルト)	ごはん とんかつ ふんわり洋風卵とじ 味噌汁(豆腐人参) デザート(ツツ芋甘煮)	ごはん さばの味噌煮 ポテトサラダ 清汁(白菜玉葱) 栄養強化ゼリー(アロ)	ごはん チキンフリッター りー)大根おろし キャベツと豚のカレー風味 味噌汁(法蓮草揚げ)	ごはん さわら幽庵焼き 高野豆腐とツツ芋揚煮 味噌汁(白菜おつゆ) デザート(水ようかん)
夕食	ごはん 白身魚の白ワイン煮 法蓮草とバニラ炒め 彩り野菜のトマトソース和え	ごはん ホイコーロー 里芋の煮物 わかめとごぼうの酢の物	ごはん 八宝菜 茄子の味噌だれかけ かつおの和え物(ビーツ)	ごはん ほっけの塩焼き 白菜とはんぺん煮 かぼちゃの明太和え	ごはん 鶏肉の甘酢炒め きのこのにんにく炒め 法蓮草と鮭の和え物	ごはん 白身魚の煮付け 野菜ハンバーグ(和風) さつまいもサラダ	ごはん 鶏じゃが やわらか蓮根金平 茄子とツナの和え物
22日		23日		24日		25日	
朝食	ごはん 味噌汁(なす豆腐) ひじきの炒め煮 キャベツのドレッシング和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(ツツ芋揚げ) やわらか蓮根の味噌煮 かつおと竹輪の和え物 ★牛乳	ごはん 味噌汁(大根人参) 五目豆腐の煮付 白菜の中華和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(厚揚げ玉葱) ふんわりかに玉 青菜の辛子マヨネーズ和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(豆腐人参) 肉団子(トマトソース) かぼちゃのバニラ和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(法蓮草玉葱) がんも煮付・がんも 山椒ちりめん ★牛乳	ごはん 味噌汁(ツツ芋揚げ) 高野豆腐と野菜煮 鶏そぼろの生姜風味 ★牛乳
昼食	ごはん 海鮮風トマトクリーム煮 ささみフライ ソウルフード(大根人参) 栄養強化ゼリー(オリーブ)	チキンライス 白身魚のカレー風味 炒り卵 味噌汁(鶏肉玉葱) クリームチーズケーキ	ごはん さわらの照焼き 茄子とベーコン炒め 味噌汁(高野豆腐玉葱) デザート(三色豆)	ごはん 天ぷらうどん さけの塩焼き デザート(水羊羹/ソウ)	ごはん にしんのごま味噌煮 高野豆腐の卵とじ 清汁(大根揚げ) デザート(ヨーグルト)	チキンと大豆のカレー 春菊のチーズ和え 福神漬け 野菜ポタージュ デザート(ツツ芋甘煮)	ごはん 豆腐ハンバーグ 大根の明太和え 味噌汁(厚揚げ玉葱) デザート(水ようかん)
夕食	ごはん 豚肉の旨だれ 南瓜の煮物 白菜とごぼうの酢の物	ごはん 麻婆茄子 大豆と豚肉の煮物 ほうれん草の錦糸和	ごはん 豚の生姜焼き 麩と野菜の甘辛煮 キャベツの酢の物	ごはん 鶏のクリーム煮 ピーマンとツナ炒め ひじきの和え物	ごはん なすと豚の甘酢あん いもとそら豆の甘辛 法蓮草のお浸し(ソウ)	ごはん さばのたれカツ じゃが芋の肉味噌煮 キャベツの生姜ドレッシング和え	ごはん 白身魚のごま焼き やわらか根菜煮 茄子の辛子マヨネーズ和え
29日		30日		31日		<p>～今月の行事食～ ★3月3日 ひな祭り ねぎとろ丼、厚揚げの香味漬、清まし汁、ひなあられ</p> <p>～今月のケーキ～ ★3月23日 クリームチーズケーキ さわやかな酸味とチーズのコクが特徴のケーキです 仕上げにホワイトチョコを飾り、見栄え良く仕上げました</p> <p>少しづつ春の足音が聞こえてきました。 今月は春が旬のあさりごはんをご用意します。 天ぷらうどんや味噌ラーメンといった、花冷えの頃に ぴったりのあったかメニューも登場予定です。</p>	
朝食	ごはん 味噌汁(キャベツ人参) ウィンナー ブロッコリーのカレー和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(鶏肉玉葱) さばの塩焼き(朝食用) 春菊のお浸し ★牛乳	ごはん 味噌汁(豆腐人参) おろし(トマトミド) ブロッコリー練りマヨネーズ和え ★牛乳				
昼食	ごはん ぶりの西京焼き 焼売 清汁(大根法蓮草) 栄養強化ゼリー(ソウ)	ねぎ塩豚丼 切昆布と大豆の煮物 味噌汁(高野豆腐白菜) デザート(黄桃缶)	ごはん 味噌ラーメン 鶏大根と厚揚げの照煮 味噌汁(なす玉葱) デザート(三色豆)				
夕食	ごはん チキンカツ さつまいもの煮物 白菜のドレッシング和え	ごはん 白身魚のフリッター(丸型) 揚げなすの煮浸し 根菜の木の实サラダ	ごはん あじの煮付け ビーフンの炒め煮 わかめとごぼうの酢の物				