

### 3月献立表

栢谷

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	16日(月)
ご飯 鯖の照り焼き 白菜の和え物 豚汁 デザート	ちらし寿司 野菜のきんぴら しゅうまい おすまし デザート	ご飯 肉うどん 炒り豆腐 デザート	おにぎり サンドイッチ(2オから) スパゲティ エビフライ ミートボール 鶏肉のから揚げ サラダ デザート	ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 おすまし デザート	パン 焼きそば ゆで卵 スープ デザート	ご飯 マヨネーズ焼き サラダ スープ デザート	わかめご飯 ちゃんぽん麺 ミートボールの ケチャップ煮 デザート	カレーライス 福神漬け ソテー スープ デザート	ご飯 豚肉の生姜焼き 茶わん蒸し おすまし デザート	ご飯 白身魚のフライ 酢の物 スープ デザート	パン クリームシチュー ゆで卵 海藻サラダ デザート	ご飯 鯖の塩焼き 白菜のおかか和え 切り干し大根の炒め煮 おすまし デザート
米 鯖 白菜 卵 豚肉 人参 大根 ごぼう こんにやく うす揚げ 青ねぎ 黄桃 寒天	米 人参 たけのこ 高野豆腐 かんぴょう えび 卵 グリーンピース 大根 人参 れんこん ごぼう ごま しゅうまい 卵 わかめ みつば そうめん パイナップル	米 ごま 青のり うどん 牛肉 わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ りんご	米 ふりかけ パン 卵 きゅうり いちご パイン スパゲティ 玉ねぎ 人参 えび 鶏ミンチ 玉ねぎ 鶏肉 ブロッコリー レタス 卵 きゅうり トマト バナナ パイナップル いちご	米 メルルーサ 青のり キャベツ 春雨 豚肉 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 青ねぎ 玉ねぎ 人参 オレンジ	ロールパン そば 人参 豚肉 玉ねぎ キャベツ 青のり 卵 わかめ 玉ねぎ もやし パセリ フルーツ缶パイン	米 ほき パセリ ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし わかめ 人参 玉ねぎ ごま パイン 寒天	米 わかめ そば 豚肉 えび 白菜 人参 玉ねぎ たけのこ もやし きくらげ 鶏ミンチ 玉ねぎ オレンジ	米 牛肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 福神漬け もやし 人参 ほうれん草 えび 卵 人参 玉ねぎ ごま パセリ りんご	米 豚肉 玉ねぎ ピーマン ブロッコリー 卵 たけのこ 鶏肉 しいたけ ほうれん草 そうめん うす揚げ 青ねぎ バナナ	米 メルルーサ 卵 玉ねぎ パセリ ブロッコリー もやし 人参 きくらげ きゅうり 玉ねぎ 人参 わかめ ごま 黄桃 寒天	丸ロールパン ジャム じゃがいも 豚肉 人参 玉ねぎ グリーンピース 卵 わかめ きゅうり 人参 キャベツ えび フルーツ缶みかん	米 鯖 白菜 かつおぶし 切干大根 人参 うす揚げ 豆腐 人参 玉ねぎ 青ねぎ みかん 寒天
17日(火)	18日(水)	19日(木)	21日(土)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	30日(月)	31日(火)	
ご飯 うどん 大根の そぼろあんかけ デザート	ひじきとツナの 混ぜご飯 ほうれん草の炒め煮 ぎょうざ みそ汁 デザート	ご飯 煮込みハンバーグ ポテトサラダ スープ デザート	パン ミートスパゲティ ゆで卵 スープ デザート	ご飯 鱈のみぞれ煮 ほうれん草のごま和え 季節のみそ汁 デザート	ご飯 ラーメン ミートボール かぼちゃの煮物 デザート	鶏そぼろ丼 ひじきサラダ おすまし デザート	ご飯 鶏肉のから揚げ ジャーマンポテト スープ デザート	ご飯 鯖の南部焼き 白菜のおかか和え 切干大根の炒め煮 おすまし デザート	パン ビーフシチュー ゆで卵 海藻サラダ デザート	ご飯 鯖の塩焼き チンゲン菜のソテー 大根の田楽 おすまし デザート	わかめご飯 あんかけうどん 煮物 デザート	
米 ごま 青のり うどん 卵 ほうれん草 うす揚げ 大根 鶏ミンチ 青ねぎ パイナップル	米 ひじき 人参 シーチキン ほうれん草 卵 ぎょうざ わかめ 大根 人参 うす揚げ 青ねぎ りんご	米 合挽きミンチ 人参 玉ねぎ グリーンピース ブロッコリー じゃがいも 人参 きゅうり 玉ねぎ もやし 人参 わかめ パセリ ごま オレンジ	ロールパン スパゲティ 合挽きミンチ 玉ねぎ 人参 グリーンピース 卵 人参 わかめ 玉ねぎ パセリ ごま フルーツ缶パイン	米 鱈 大根 青ねぎ ほうれん草 ごま かつおぶし 季節の野菜 具材は当日の お楽しみ ♪ パイン 寒天	米 ゆかり そば もやし 卵 焼き豚スライス 青ねぎ 鶏ミンチ 玉ねぎ かぼちゃ りんご	米 鶏ミンチ のり 卵 ひじき 人参 コーン 枝豆 豆腐 わかめ 人参 玉ねぎ バナナ	米 鶏肉 ブロッコリー じゃがいも ベーコン 玉ねぎ パセリ 玉ねぎ キャベツ 人参 もやし ごま オレンジ	米 鯖 ごま 白菜 かつおぶし 切干大根 人参 うす揚げ 豆腐 人参 玉ねぎ わかめ 黄桃 寒天	丸ロールパン ジャム 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも グリーンピース 卵 わかめ きゅうり 人参 キャベツ えび フルーツ缶みかん	米 鮭 チンゲン菜 人参 大根 ごま 白みそ そうめん うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天	米 わかめ うどん 卵 鶏肉 人参 ほうれん草 しめじ かぼちゃ いんげん 厚揚げ りんご	

0歳1歳にえびは入りません

### 3月献立表

卵除去／栢谷

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	16日(月)
ご飯 鱈の照り焼き 白菜の和え物 豚汁 デザート	ちらし寿司 野菜のきんぴら しゅうまい おすまし デザート	ご飯 肉うどん 炒り豆腐 デザート	おにぎり スパゲティ エビのから揚げ 豚肉のから揚げ 鶏肉のから揚げ サラダ デザート	ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 おすまし デザート	パン 焼きそば かぼちゃの煮物 スープ デザート	ご飯 ほきの塩焼き サラダ スープ デザート	わかめご飯 ちゃんぽん麺 ミートボールの ケチャップ煮 デザート	カレーライス 福神漬け ソテー スープ デザート	ご飯 豚肉の生姜焼き 鶏バーグ おすまし デザート	ご飯 白身魚のフライ 酢の物 スープ デザート	パン クリームシチュー さつまいもの煮物 海藻サラダ デザート	ご飯 鯖の塩焼き 白菜のおかか和え 切り干し大根の炒め煮 おすまし デザート
米 鱈 白菜 人参 豚肉 人参 大根 ごぼう こんにやく うす揚げ 青ねぎ 黄桃 寒天	米 人参 たけのこ 高野豆腐 かんぴょう えび さくらでんぶ グリーンピース 大根 人参 れんこん ごぼう ごま しゅうまい わかめ みつば そうめん パイナップル	米 ゆかり うどん 牛肉 わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ りんご	米 ふりかけ スパゲティ 玉ねぎ 人参 えび 鶏ミンチ 玉ねぎ 鶏肉 ブロccoli レタス きゅうり トマト バナナ パイナップル いちご	米 メルルーサ 青のり キャベツ 春雨 豚肉 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 青ねぎ 玉ねぎ 人参 オレンジ	ロールパン そば 人参 豚肉 玉ねぎ キャベツ 青のり かぼちゃ わかめ 玉ねぎ もやし パセリ フルーツ缶 パイナップル	米 ほき ブロccoli キャベツ 人参 きゅうり もやし わかめ 人参 玉ねぎ ごま パイン 寒天	米 わかめ そば 豚肉 えび 白菜 人参 玉ねぎ たけのこ もやし きくらげ 鶏ミンチ 玉ねぎ オレンジ	米 牛肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 福神漬け もやし 人参 ほうれん草 えび 人参 玉ねぎ ごま パセリ りんご	米 豚肉 玉ねぎ ピーマン ブロccoli 鶏ミンチ たけのこ しいたけ ほうれん草 そうめん うす揚げ 青ねぎ バナナ	米 メルルーサ ブロccoli もやし 人参 きくらげ きゅうり 玉ねぎ 人参 わかめ ごま 黄桃 寒天	丸ロールパン ジャム じゃがいも 豚肉 人参 玉ねぎ グリーンピース さつまいも わかめ きゅうり 人参 キャベツ えび フルーツ缶 みかん	米 鯖 白菜 かつおぶし 切干大根 人参 うす揚げ 豆腐 人参 玉ねぎ 青ねぎ みかん 寒天
17日(火)	18日(水)	19日(木)	21日(土)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	30日(月)	31日(火)	
ご飯 うどん 大根の そぼろあんかけ デザート	ひじきとツナの 混ぜご飯 ほうれん草の炒め煮 鶏肉のソテー みそ汁 デザート	ご飯 煮込みハンバーグ ポテトサラダ スープ デザート	パン ミートスパゲティ かぼちゃの煮物 スープ デザート	ご飯 鱈のみぞれ煮 ほうれん草のごま和え 季節のみそ汁 デザート	ご飯 ラーメン ミートボール かぼちゃの煮物 デザート	鶏そぼろ丼 ひじきサラダ おすまし デザート	ご飯 鶏肉のから揚げ ジャーマンポテト スープ デザート	ご飯 鯖の南部焼き 白菜のおかか和え 切干大根の炒め煮 おすまし デザート	パン ビーフシチュー さつまいもの煮物 海藻サラダ デザート	ご飯 鯖の塩焼き チンゲン菜のソテー 大根の田楽 おすまし デザート	わかめご飯 あんかけうどん 煮物 デザート	
米 ゆかり うどん コーン ほうれん草 うす揚げ 大根 鶏ミンチ 青ねぎ パイナップル	米 ひじき 人参 シーチキン ほうれん草 コーン 鶏肉 わかめ 大根 人参 うす揚げ 青ねぎ りんご	米 合挽きミンチ 人参 玉ねぎ グリーンピース ブロccoli じゃがいも 人参 きゅうり 玉ねぎ もやし 人参 わかめ パセリ ごま オレンジ	ロールパン スパゲティ 合挽きミンチ 玉ねぎ 人参 グリーンピース かぼちゃ 人参 わかめ 玉ねぎ パセリ ごま フルーツ缶 パイナップル	米 鱈 大根 青ねぎ ほうれん草 ごま かつおぶし 季節の野菜 具材は当日の お楽しみ ♪ パイン 寒天	米 ゆかり そば もやし コーン 豚肉 青ねぎ 鶏ミンチ 玉ねぎ かぼちゃ りんご	米 鶏ミンチ のり コーン ひじき 人参 コーン 枝豆 豆腐 わかめ 人参 玉ねぎ バナナ	米 鶏肉 ブロccoli じゃがいも 人参 玉ねぎ パセリ 玉ねぎ キャベツ 人参 もやし ごま オレンジ	米 鯖 ごま 白菜 かつおぶし 切干大根 人参 うす揚げ 豆腐 人参 玉ねぎ わかめ 黄桃 寒天	丸ロールパン ジャム 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも グリーンピース さつまいも わかめ きゅうり 人参 キャベツ えび フルーツ缶 みかん	米 鯖 チンゲン菜 人参 大根 ごま 白みそ そうめん うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天	米 わかめ うどん コーン 鶏肉 人参 ほうれん草 しめじ かぼちゃ いんげん 厚揚げ りんご	

0歳1歳にえびは入りません

### 3月献立表

肉・肉エキス除去／栢谷

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	16日(月)
ご飯 鯖の照り焼き 白菜の和え物 みそ汁 デザート	ちらし寿司 野菜のきんぴら さつまいもの煮物 おすまし デザート	ご飯 うどん 炒り豆腐 デザート	おにぎり サンドイッチ(2オから) スパゲティ エビフライ えびのから揚げ さつまいもの煮物 サラダ デザート	ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 おすまし デザート	パン 塩焼きそば ゆで卵 おすまし デザート	ご飯 マヨネーズ焼き サラダ おすまし デザート	わかめご飯 和風ちゃんぽん かぼちゃの煮物 デザート	ご飯 煮物 ソテー おすまし デザート	ご飯 鯖の塩焼き 茶わん蒸し おすまし デザート	ご飯 白身魚のフライ 酢の物 おすまし デザート	パン 煮物 ゆで卵 海藻サラダ デザート	ご飯 鯖の塩焼き 白菜のおかか和え 切り干し大根の炒め煮 おすまし デザート
米 鯖 白菜 卵 人参 大根 ごぼう こんにやく うす揚げ 青ねぎ 黄桃 寒天	米 人参 たけのこ 高野豆腐 かんぴょう えび 卵 グリーンピース 大根 人参 れんこん ごぼう ごま さつまいも 卵 わかめ みつば そうめん パイナップル	米 ごま 青のり うどん 卵 わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ りんご	米 ふりかけ パン 卵 きゅうり いちご パイン スパゲティ 玉ねぎ 人参 えび えび さつまいも ブロッコリー レタス 卵 きゅうり トマト バナナ パイン いちご	米 メルルーサ 青のり キャベツ 春雨 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 青ねぎ 玉ねぎ 人参 オレンジ	ロールパン そば 人参 玉ねぎ キャベツ 青のり 卵 わかめ 玉ねぎ もやし フルーツ缶パイン	米 ほき パセリ ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし わかめ 人参 玉ねぎ パイン 寒天	米 わかめ そば えび 白菜 人参 玉ねぎ たけのこ もやし きくらげ かぼちゃ オレンジ	米 厚揚げ じゃがいも 人参 玉ねぎ もやし 人参 ほうれん草 えび 卵 人参 玉ねぎ りんご	米 鯖 ブロッコリー 卵 たけのこ しいたけ ほうれん草 そうめん うす揚げ 青ねぎ バナナ	米 メルルーサ 卵 玉ねぎ パセリ ブロッコリー もやし 人参 きくらげ きゅうり 玉ねぎ 人参 わかめ 黄桃 寒天	丸ロールパン ジャム じゃがいも 人参 玉ねぎ グリーンピース 卵 わかめ きゅうり 人参 キャベツ えび フルーツ缶みかん	米 鯖 白菜 かつおぶし 切干大根 人参 うす揚げ 豆腐 人参 玉ねぎ 青ねぎ みかん 寒天
17日(火)	18日(水)	19日(木)	21日(土)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	30日(月)	31日(火)	
ご飯 うどん 大根のあんかけ デザート	ひじきとツナの 混ぜご飯 ほうれん草の炒め煮 さつまいもの煮物 みそ汁 デザート	ご飯 魚のケチャップソース ポテトサラダ おすまし デザート	パン スパンテー ゆで卵 おすまし デザート	ご飯 鱈のみぞれ煮 ほうれん草のごま和え 季節のみそ汁 デザート	ご飯 和風そば 厚揚げの煮物 かぼちゃの煮物 デザート	魚そぼろ丼 ひじきサラダ おすまし デザート	ご飯 鱈のから揚げ ジャーマンポテト おすまし デザート	ご飯 鯖の南部焼き 白菜のおかか和え 切干大根の炒め煮 おすまし デザート	パン 煮物 ゆで卵 海藻サラダ デザート	ご飯 鯖の塩焼き チンゲン菜のソテー 大根の田楽 おすまし デザート	わかめご飯 あんかけうどん 煮物 デザート	
米 ごま 青のり うどん 卵 ほうれん草 うす揚げ 大根 青ねぎ パイナップル	米 ひじき 人参 シーチキン ほうれん草 卵 さつまいも わかめ 大根 人参 うす揚げ 青ねぎ りんご	米 ほき グリーンピース ブロッコリー じゃがいも 人参 きゅうり 玉ねぎ もやし 人参 わかめ オレンジ	ロールパン スパゲティ 玉ねぎ 人参 グリーンピース 卵 人参 わかめ 玉ねぎ フルーツ缶パイン	米 鱈 大根 青ねぎ ほうれん草 ごま かつおぶし 季節の野菜 具材は当日の お楽しみ ♪ パイン 寒天	米 ゆかり そば もやし 卵 青ねぎ 厚揚げ かぼちゃ りんご	米 メルルーサ のり 卵 ひじき 人参 コーン 枝豆 豆腐 わかめ 人参 玉ねぎ バナナ	米 鯖 ブロッコリー じゃがいも 人参 玉ねぎ パセリ 玉ねぎ キャベツ 人参 もやし オレンジ	米 鯖 ごま 白菜 かつおぶし 切干大根 人参 うす揚げ 豆腐 人参 玉ねぎ わかめ 黄桃 寒天	丸ロールパン ジャム 玉ねぎ 人参 じゃがいも グリーンピース 卵 わかめ きゅうり 人参 キャベツ えび フルーツ缶みかん	米 鯖 チンゲン菜 人参 大根 ごま 白みそ そうめん うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天	米 わかめ うどん 卵 人参 ほうれん草 しめじ かぼちゃ いんげん 厚揚げ りんご	

0歳1歳にえびは入りません