

# 月間予定献立表

- 3月 -

栄養士 柴村 有紀

月	火	水	木	金					
<p>★普通食に使用する食材は形態食でも使用しますが、形態食にすることにより良い状態が保てないもの、味が著しく低下するもの等は代替食材を使用します。代替食材は、使用する食材に( )で表示、追加で食材を使用する場合は(+○)と表示します。また、普通食で使用するが形態食で使用しない食材は(×)と表示します。使用しない食材に変え、量の調整をします。</p>		<p>日</p> <p><b>献立名</b></p> <p>使用する主な食材 だし、調味料は含まず</p> <p>(形態食に毎日、さといも・ぐず粉・寒天を使用)</p>	<p>リクエストには★マークを付けてあります。</p>						
<p>3 牛乳</p> <p>鮭菜ちらし寿司</p> <p>沢煮わん</p> <p>おかか和え</p> <p>ひな祭りゼリー</p> <p>ひなまつり献立</p>	<p>牛乳、米、銀鮭、たまご ごまつな、ごぼう、にんじん だいこん、しいたけ、キャベツ 鰹節(×)、抹茶、いちご ねぎ(たまねぎ)</p>	<p>4 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>ミネストローネスープ</p> <p>カラフル玉子焼き</p> <p>★揚げポテト</p> <p>フルーツ和え</p>	<p>牛乳、米、ベーコン、たまご じゃがいも、たまねぎ、鶏肉 にんじん、ひよこ豆(×) ホールトマト缶、生クリーム ほうれん草、チーズ、いちご りんご、にんにく</p>	<p>5 牛乳</p> <p>スパゲッティあけぼのソース</p> <p>具だくさんスープ</p> <p>フルーツサラダ</p>	<p>牛乳、しょうが、にんにく スパゲッティ(マカロニ) 豚肉、ぶなしめじ、たまねぎ ピーマン(黄パプリカ) ホールトマト缶、薄力粉 バター、チーズ、生クリーム グリーンピース、キャベツ もやし(かぶ)、にんじん きゅうり、みかん缶、りんご トマト、レーズン</p>	<p>6 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>野菜スープ</p> <p>長芋の和風グラタン</p> <p>ごまドレッシングサラダ</p>	<p>牛乳、米、たまねぎ、だいこん もやし(はくさい)、しょうが 生揚げ(豆腐)、にんにく 豚肉、にんじん、でんぶん 長芋、トマト、キャベツ きゅうり、黄パプリカ、練りごま</p>	<p>7 牛乳</p> <p>大豆ときのこのませごはん</p> <p>★豚汁</p> <p>ゆかり和え</p> <p>フルーツカスタード</p>	<p>牛乳、米、大豆、ぶなしめじ しいたけ、油揚げ(豆腐) しょうが、にんじん、豚肉 グリーンピース、だいこん じゃがいも、キャベツ、ゆかり ごまつな、鰹節(×)、りんご 黄桃缶、たまご、薄力粉 生クリーム、バニラエッセンス</p>
<p>10 牛乳</p> <p>★塩野菜ラーメン</p> <p>中華和え</p> <p>カルピスゼリー黄桃ソース</p>	<p>牛乳、中華麺(一部ひやむぎ) しょうが、にんにく、豚肉 たまねぎ、にんじん、しいたけ キャベツ、もやし(だいこん) いか、ごま油、ねぎ(×) えび、でんぶん、カルピス ごまつな、黄桃缶、にんじん 大豆もやし(だいこん)</p>	<p>11 牛乳</p> <p>★オムライス風クリームソース</p> <p>野菜スープ</p> <p>キャベツとりんごのサラダ</p>	<p>牛乳、米、ベーコン、たまご 鶏肉、トマトケチャップ にんにく、たまねぎ グリーンピース、ぶなしめじ 薄力粉、バター、だいこん もやし(はくさい)、キャベツ りんご、レーズン、赤パプリカ</p>	<p>12 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>みそ汁</p> <p>★鶏の唐揚げ</p> <p>梅のり和え</p> <p>牛乳ゼリーずんだソース</p>	<p>牛乳、米、だいこん、わかめ たまねぎ、鶏肉、にんにく しょうが、でんぶん、薄力粉 ほうれん草、キャベツ にんじん、梅干し、のり えだまめ</p>	<p>13 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>のっぺい汁</p> <p>魚の菜花包み焼き</p> <p>根菜の金平</p>	<p>牛乳、米、だいこん、たまご にんじん、はくさい、菜花 さわか(鶏肉)、ねりごま マヨネーズ、れんこん ごぼう、いりごま(ねりごま)</p>	<p>14 牛乳</p> <p>★三色丼</p> <p>さつま汁</p> <p>★濃厚プリンアラモード</p>	<p>牛乳、米、しょうが、豚肉 にんにく、たまねぎ、たまご にんじん、でんぶん、鶏肉 グリーンピース、ごまつな ねぎ(たまねぎ)、ごま油 さつまいも、だいこん 生クリーム、黄桃缶 みかん缶</p>
<p>17 ジョアブルーベリー</p> <p>セサミパン</p> <p>ウィンナーのスープ煮</p> <p>かぼちゃサラダ</p> <p>コーヒーマルゼリー</p>	<p>ジョアブルーベリー、鶏肉 セサミパン(食パン) ウィンナー、たまねぎ にんじん、キャベツ かぼちゃ、きゅうり みかん缶、マヨネーズ インスタントコーヒーマル</p>	<p>18 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>沢煮わん</p> <p>肉豆腐</p> <p>和風抹茶パフェ</p>	<p>牛乳、米、ごぼう、にんじん だいこん、しいたけ、豚肉 たまねぎ、生揚げ(豆腐) しょうが、でんぶん、こしあん 抹茶、生クリーム、いちご</p>	<p>19</p> <p><b>高等部卒業式</b></p>	<p>20</p> <p><b>春分の日で お休みです</b></p>	<p>21</p> <p><b>小学部・中学部 卒業式</b></p>			