

平成 30.3 月献立表

		昼 食	
日	曜	お か ず	ごはん
1	木	マカロニサラダ・かぼちゃの煮物・とり天・卵焼き	白ご飯
2	金	芋の煮しめ・ツナときゅうりサラダ・ちくわの磯辺揚げ・卵焼き	白ご飯
3	土		
4	日		
5	月	鶏と大根の煮物・エビフライ・もやしのナムル・卵焼き	
6	火	れんこんのきんぴら・とり天・さぜん豆・卵焼き	白ご飯
7	水	豚肉入りニラ玉・ひじきの煮物・日身フライ・卵焼き	白ご飯
8	木	肉じゃが・マカロニサラダ・鮭の塩焼き・卵焼き	白ご飯
9	金	スパゲティサラダ・唐揚げ・大根の煮なます・卵焼き	白ご飯
10	土		
11	日		
12	月	ミートボール・茄子の磯辺揚げ・から芋の天ぷら・卵焼き	白ご飯
13	火	鮭の塩焼き・ウィンナー・ニラ玉	ポテサラサンド
14	水	鮭の塩焼き・さぜん豆・ツナときゅうりのサラダ・卵焼き	白ご飯
15	木	こんにゃくのきんぴら・とり天・スパゲティサラダ・卵焼き	白ご飯
16	金		
17	土		
18	日		
19	月	れんこんサラダ・コロケ・ひじきの煮物・卵焼き	白ご飯
20	火	チキンカツ・コールスロー・高野豆腐の磯辺揚げ・卵焼き	白ご飯
21	水		
22	木		
23	金		
24	土		
25	日		
26	月		
27	火		
28	水		
29	木		
30	金		
31	土		

※食材の都合で内容を変更することがあります。

はな家:096-337-0025