



月	火	水	木	金	土
3月2日 白ご飯 豚肉と玉葱の甘辛煮 かぶと竹輪の含め煮 春菊信田和え	3月3日 ちらし寿司 野菜炊き合わせ お吸い物 フルーツ	3月4日 白ご飯 肉団子トマトクリーム煮 牛肉入りれんこん ザワークラウト風 味噌汁	3月5日 地鶏ご飯 シルバー照り焼き かぼちゃのクリーム煮 小松菜の辛子和え 味噌汁	3月6日 白ご飯 チキンカツ かぶのごま油炒め レンコンマリネ 味噌汁	3月7日 赤飯 ぶりの照り揚げ 人参しりしり 味噌汁
3月9日 白ご飯 ビーフシチュー スクランブルエッグ フルーツカクテル	3月10日 赤飯 和風ハンバーグ ベーコンポテト 野菜マリネ 味噌汁	3月11日 白ご飯 豚肉の葱塩ソース カリフラワーのクリーム煮 インゲンの胡麻よごし 味噌汁	3月12日 五穀ご飯 チキンロイヤル ピーマンと野菜の炒め煮 菜の花ちらし 味噌汁	3月13日 白ご飯 チキンステーキ ひじき蓮根 スパゲティサラダ 味噌汁	3月14日 白ご飯 サンマ塩焼き きぬごし揚げ煮 キャベツサラダ 味噌汁
3月16日 白ご飯 白身魚の南蛮漬け くずし南瓜のそぼろあん もやしのとえ物 味噌汁	3月17日 白ご飯 クリーミーコロッケ カリフラワーのソテー風味 レンコンマリネ 味噌汁	3月18日 菜めし 肉豆腐 麩の卵仕立て かぶの梅和え 味噌汁	3月19日 白ご飯 茹で豚の香味がけ ほうれん草ツナ煮 かぼちゃサラダ 味噌汁	3月20日 筍ご飯 鶏肉の照りがらめ 仙台麩と野菜の煮物 白桃ゼリー 味噌汁	3月21日 白ご飯 トンカツ ひじきの彩り煮 ザワークラウト風 味噌汁
3月23日 白ご飯 煮豚 じゃが芋トマト煮 根菜和風サラダ 味噌汁	3月24日 白ご飯 麻婆豆腐 野菜の炒め煮風 さつま揚げの和え物 中華スープ	3月25日 チキンカレー スクランブルエッグ コンソメスープ ミカンゼリー	3月26日 白ご飯 メンチカツの玉子あん いんげんと木耳炒め ワカメとオクラの酢の物 味噌汁	3月27日 白ご飯 豚肉と野菜の炒め物 切昆布大豆 チンゲン菜の和え物 味噌汁	3月28日 発芽玄米ご飯 さわら西京焼き 春雨と豚肉の炒め煮 ほうれん草の胡麻浸し お味噌汁
3月30日 白ご飯 ポークステーキ味噌味 ほうれん草ツナ煮 白和え 味噌汁	3月31日 白ご飯 チキンステーキ じゃが芋トマト煮 マカロニサラダ 味噌汁	<h1>デイハウス松原「ファミリー」</h1> 			

※当日のメニューは材料の都合で変更になる場合があります。