

令和 6年 3月度 やっとかめ献立表



春爛い



				1日(金)	2日(土)
				豆腐チャンプルー 春巻き 大根のゆずみそかけ 味噌汁・オレンジ 白玉ぜんざい	ひな祭り 鮭と大根おろしの辛煮 人参のヨーグルトサラダ もやしとベーコン炒め 味噌汁・バナナ あんドーナツ
4日(月) ひな祭り 五目ちらし寿司 茶碗蒸し 肉じゃが 蛤お吸い物・メロン おしもん作り	5日(火) 鶏肉のマヨソテー 菜の花ポテトサラダ ワカメと人参のナムル けんちん汁・白桃 生クリームパウンドケーキ	6日(水) お誕生日会 天婦羅盛合せ 茶碗蒸し トロロもずく酢 赤飯・お吸い物・メロン ロールケーキ	7日(木) ヘルシー酢豚 ブロッコリーなめ茸和え 鶏とカリフラ海苔炒め かきたま汁・みかん プリン	8日(金) サワラの生姜煮 マカロニサラダ 出し巻き玉子 豚汁・洋梨 さつま芋蒸しパン	9日(土) 麻婆白菜 海老焼売 菜花の酢味噌かけ 中華スープ・杏仁豆腐 イチゴのパウンドケーキ
11日(月) 里芋と白菜のクリーム煮 ささ身と胡瓜の酢の物 インゲンの黒ゴマ和え 味噌汁・みかん フレンチトースト	12日(火) チンジャオロース ブロッコリーサラダ 鶏と小松菜煮 にゅう麺・バナナ バナナ蒸しパン	13日(水) やっとかめ喫茶 茄子のはさみ揚げ トマトペンネ キノコの白和え 石狩汁・黄桃	14日(木) ミックスフライ ピーマンと竹輪のきんぴら 菜花のお浸し けんちん汁・キウイ マシュマロビスケット	15日(金) 鱈の塩焼 そら豆入りポテサラ 五目ひじき 貝汁・味ご飯・マンゴー 大福	16日(土) 海老チリとブロッコリー 厚揚げと小松菜煮 人参の白和え 粕汁・洋梨 レーズン蒸しパン
18日(月) 赤魚の粕漬け焼き 春菊のごま和え 茄子の揚げ煮 けんちん汁・バナナ バームクーヘン	19日(火) おやつ作り 鶏天ぷら 豆腐の塩炒め 三つ葉と若芽の玉子と 味噌汁・みかん	20日(水)🌸 春分の日 カレイの煮つけ 出し巻き玉子 鶏と野菜の塩麴炒め 貝汁・キウイ ぼた餅	21日(木) 牛肉とトマトオイスター炒め パンプキンサラダ カブの鶏そぼろあん 味噌汁・白桃 みたらし団子	22日(金) 揚げ出し豆腐 五目おから パプリカナムル 味噌汁・オレンジ 玉子サンド	23日(土) タラマヨ焼き 白菜と若芽の甘酢和え 筑前煮 味噌汁・みかん よもぎしら玉
25日(月) 鶏のから揚げ ワカメとカニカマの酢の物 水菜とお揚げ煮 味噌汁・マンゴー 今川焼	26日(火) 豚とゴボウのしぐれ煮 小松菜とツナの胡麻和 新玉とパプリカサラダ お吸い物・洋梨 ブルーベリーマフィン	27日(水) 海老とはんぺん団子 高野豆腐の卵とじ 春雨サラダ 中華スープ・杏仁豆腐 さつま芋パン	28日(木) サワラの竜田揚げ 若竹煮 豚と人参のカaramel煮 貝汁・黄桃 ココア蒸しパン	29日(金) ぶり大根 春キャベツの玉子とじ 豆腐と若芽の鶏みそ煮 味噌汁・バナナ たいやき	30日(土) 特製カレー しば漬けポテサラ シラス入り玉子焼き 味噌汁・ヨーグルト 珈琲ゼリー