

# 令和 7年 3月度 やっとかめ献立表

<p>31日(月)</p> <p>鮭とねぎの焼き浸し 菜花の玉子とじ 五目ひじき あさり飯・味噌汁・白桃 黒糖蒸しパン</p>				<p>明かりをつけましょ雪洞に お花を上げましょ桃の花～♪ 桜も満開 食欲全開！</p>		<p>1日(土)</p> <p>鶏と法蓮草のクリーム煮 衣笠の卵とじ 豚と茄子の生姜焼き 味噌汁・みかん ぜんざい</p>
<p>3日(月) <b>ひな祭り</b></p> <p>五目ちらし寿司 法蓮草の山掛け 茄子の味噌炒め 豚汁・バナナ おしもん作り</p>	<p>4日(火)</p> <p>白いチャーハン マカロニサラダ もやしツナ青のり和え 中華スープ・黄桃 三色団子・甘酒</p>	<p>5日(水) <b>誕生日会</b></p> <p>天婦羅盛合せ 茶碗蒸し かにもずく 吸物・赤飯・イチゴ ロールケーキ</p>	<p>6日(木)</p> <p>牛肉と牛蒡甘辛炒め 豆腐と白菜のユズ煮 ジャガバタコーン 味噌汁・オレンジ 鬼まんじゅう</p>	<p>7日(金)</p> <p>ブリの味噌漬け焼き 海老とブロッコリーサラダ 五目ひじき 貝汁・バナナ プリン</p>	<p>8日(土)</p> <p>豆腐チャンプルー オクラ梅肉和え 厚揚げと里芋味噌煮 ワカメスープ・パイ バナナ蒸しパン</p>	
<p>10日(月)</p> <p>白身魚のムニエル 小松菜とさつま揚げ辛し和え なめ茸おろし 味飯・かきたま汁・オレンジ ブルーベリーマフィン</p>	<p>11日(火)</p> <p>ヘルシー酢豚 じゃこおろし 厚揚げと牛蒡煮 味噌汁・キウイ 焼き芋</p>	<p>12日(水)</p> <p>鰹の味噌マヨオイル焼き 肉じゃが 菜花のお浸し 味噌汁・マンゴー チョコ蒸しパン</p>	<p>13日(木)</p> <p>鮭の南蛮漬け 長芋のワサビ醤油和え 筑前煮 味噌汁・洋梨 珈琲ゼリー</p>	<p>14日(金)</p> <p>オムライス 里芋の肉味噌掛け 金平ごぼう オニオンスープ・オレンジ アップルパイ</p>	<p>15日(土) <b>やっとかめ喫茶</b></p> <p>ぶり大根 じゃが芋塩昆布和え マーボー春雨 味噌汁・洋梨 バームクーヘン</p>	
<p>17日(月)</p> <p>スタミナ炒め 胡瓜と木耳の胡麻和え もやしの卵とじ 味噌汁・杏仁豆腐 白玉信玄</p>	<p>18日(火)</p> <p>カレーの五目餡かけ 春雨サラダ 五目おから 味噌汁・バナナ パイナップル蒸しパン</p>	<p>19日(水)</p> <p>ささ身の磯部揚げ 法蓮草となめたけ白和え 金平ごぼう 味噌汁・キウイ スイートポテト</p>	<p>20日(木)🌸 おやつ作り</p> <p>鰹の幽庵焼き 白菜と桜えびの甘酢和え 高野豆腐煮 豆ご飯・豚汁・オレンジ</p>	<p>21日(金)</p> <p>豚肉と法蓮草のカレー オクラのおろし和え 菜花の玉子とじ けんちん汁・黄桃 バナナパウンドケーキ</p>	<p>22日(土)</p> <p>白身魚のアクアパッツァ どて味噌煮 カボチャサラダ かきたま汁・みかん みたらし団子</p>	
<p>24日(月)</p> <p>鶏むね肉とニラ炒め 南瓜煮 青菜とお揚げ煮 味噌汁・白桃 フレンチトースト</p>	<p>25日(火)</p> <p>デミグラハンバーグ 茸の玉子とじ ナポリタンスパ コーンスープ・マンゴー 大福</p>	<p>26日(水)</p> <p>麻婆豆腐 切干大根甘酢煮 マカロニサラダ クラムチャウダー・洋梨 りんごパウンドケーキ</p>	<p>27日(木)</p> <p>鶏と茄子味噌炒め 五目おから 法蓮草の玉子とじ お吸い物・ヨーグルト ニンジンドーナツ</p>	<p>28日(金)</p> <p>鮭のネギソースかけ 茸のバターソテー 厚揚げと大根の味噌煮 けんちん汁・バナナ なごやん</p>	<p>29日(土)</p> <p>豚ともやしの中華炒め 里芋とちくわ煮 春雨サラダ 中華スープ・杏仁豆腐 桜もち</p>	