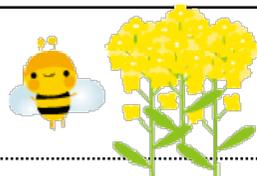


月	火	水	木	金	土
	2022.03.01	2022.03.02	2022.03.03	2022.03.04	2022.03.05
	鶏ひじきまぜご飯 味噌汁(さつま芋・えのき) キャベツ豚肉和風蒸し煮 小松菜人参ささみの胡麻和え	ごはん 味噌汁(レタス・人参・豆腐) 魚の昆布蒸し ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ醬油麴胡麻和え 梅のり納豆 お誕生日ケーキ	雛まつり寿司 すまし汁 筑前煮 果物	ごはん 味噌汁(大根・玉ねぎ・わかめ) 麻婆茄子 もずくときゅうりの酢の物 トマト ぎつねうどん	カレーライス ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ゴマせんべい ちりめんじゃこ
2022.03.07	2022.03.08	2022.03.09	2022.03.10	2022.03.11	2022.03.12
ごはん 味噌汁(小松菜・玉ねぎ) 魚の煮つけ じゃが芋と大豆のゴマ煮 白菜の梅おかか漬け サラダチキン プルーン	赤しそふりかけごはん 味噌汁(もずく・豆腐) 鶏漬焼き 塩麴ポテトサラダ トマト ｽﾀｰﾁｬのﾒｰﾌﾞﾙごま絡め 玄米ぽん煎餅	ごはん 味噌汁(じゃが芋・わかめ) 魚のカレームニエル かぼちゃと小豆の胡麻和え わかめ納豆 寒天人参オレンジゼリー ちりめんじゃこ	ごはん 味噌汁(じゃが芋・あおさ) 魚の醤油麴焼き きんぴら ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ醬油麴胡麻和え きな粉ヨーグルト 果物	ごはん 味噌汁(ほうれん草・人参・ごま) 豚とゴボウのさっと煮 洋風切り干し大根 きゅうりスティック 大学芋 果物	ごはん 具だくさん豚汁 しらす 牛乳 果物 ヨーグルト
2022.03.14	2022.03.15	2022.03.16	2022.03.17	2022.03.18	2022.03.19
鶏のごま味噌煮丼 味噌汁(豆腐・白菜) じゃが芋厚揚げ甘辛炒め ほうれん草の胡麻和え スティック野菜 レーズン	ごはん 鶏ひき肉のにらスープ 魚のゴマ味噌がけ さつま芋の甘煮 スティック野菜 米粉の和風ケーキ	梅おかかごはん 味噌汁(ほうれん草・人参・ごま) 鶏と大根ﾓｽﾀｰ筑前煮 人参のごま酢あえ キャベツ納豆 水ようかん ちりめんじゃこ	ごはん 味噌汁(ほうれん草・えのき・ごま) 魚のハーブムニエル ソーセージコロコロソテー 果物 大豆チーズ焼き きゅうりスティック	ごはん 味噌汁(キャベツ・しめじ・ごま) 鶏の塩麴焼き 玉ねぎ人参じゃこ炒め コーン納豆 みかんヨーグルト 玄米ゴマせんべい	カレーライス ヨーグルト 牛乳 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ
2022.03.21	2022.03.22	2022.03.23	2022.03.24	2022.03.25	2022.03.26
休園日	赤しそふりかけごはん 味噌汁(もずく・豆腐) 魚と水菜のとろみ煮 ちぎり豆腐おかか炒め きのこソテー わかめツナおにぎり	ごはん 白菜きのこ春雨スープ 高野豆腐のツナそぼろ 大豆の洋風炒め煮 トマト バナナヨーグルト レーズン	ごはん 味噌汁(大根・玉ねぎ・わかめ) 魚のソテー味噌ソース ｳｲﾝﾅｰと人参のきんぴら 蒸し豆じゃこ和え マカロニきな粉 果物	ごはん 味噌汁(さつま芋・しめじ・ごま) 魚のおろし煮 ひじきの煮物 しらす *ゼリーパフェ	ごはん 具だくさん豚汁 しらす 牛乳 果物 ヨーグルト
2022.03.28	2022.03.29	2022.03.30	2022.03.31		
梅おかかごはん 味噌汁(なす・ねぎ) 魚のしょうが煮 もずくときゅうりの酢の物 キャベツのかつお煮 ミックスマグジュース 玄米おかき	ごはん 味噌汁(豆腐・あおさ) 魚チャンチャン焼き 蒸し豆ベーコン きゅうりスティック 米粉バナナケーキ	ごはん 味噌汁(白菜・しめじ・ごま) 魚の塩麴焼き かぼちゃとツナの塩煮 果物 ｳｲﾝﾅｰとﾄｯｸの甘辛炒め	ごはん 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ・ごま) 豚じゃが きゅうりの塩昆布漬け しらす海苔納豆 米粉餃子の皮ピザ 果物		
<p><今月の予定> 3/4 (金) 食育の日 「3つの食品群」 みんなの体をつくっている、赤・緑・黄色の食品群についてお話しします</p> <p>3/25 (金) お料理の日「*ゼリーパフェ」 果物やゼリーなど自分の好きなものを選んで、好きなだけトッピングを楽しみます</p>				