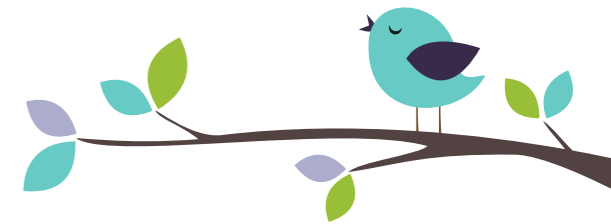
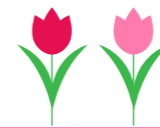
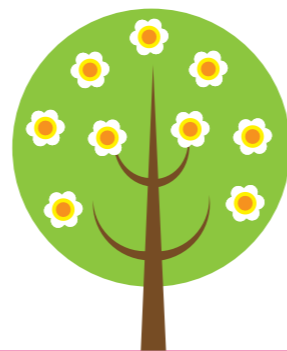


# 平成30年 3月のこんだて



1 (木)

- ロールパン
- クリームシチュー
- サラダ
- オレンジ



2 (金)

- ごはん
- 肉じゃが
- 卵焼き
- ポイル野菜
- みかん缶



5 (月)

- ごはん
- ハンバーグ
- キャベツ蒸し焼き
- ポテト
- にんじんグラッセ



6 (火)

- ごはん
- 鶏の照り焼き
- ポテトサラダ
- ポイル野菜
- オレンジ



7 (水)

- ごはん
- 生姜焼き
- かぼちゃ
- ひじき煮
- ブロッコリー
- オレンジ



8 (木)

- ごはん
- 白身魚のフライ
- 鶏肉甘煮
- きんぴら
- オレンジ



9 (金)

- ごはん
- 豚肉の味噌煮
- 五目豆
- ハスのソテー
- ほうれん草おひたし



12 (月)

- ごはん
- 鶏の唐揚げ
- ブロッコリー
- ポテトサラダ
- りんご



13 (火)

- カレーライス
- りんご
- ヨーグルト



14 (水)

- ごはん
- 豚肉とキャベツの  
ホイコーロー風
- しゅうまい
- みかん



15 (木)

- ごはん
- 筑前煮
- ゆで卵
- みかん



16 (金)

- ごはん
- コロケ
- ハスとひじきと  
鶏煮込み
- ほうれん草ソテー



19 (月)

- とりそぼろごはん
- 豚の甘辛焼き
- 小松菜のソテー
- ハスの煮物
- りんご



20 (火)

- ごはん
- 鶏の竜田揚げ
- ポイル野菜
- 五目豆
- りんご



21 (水)

- ロールパン
- ビーフシチュー
- サラダ
- オレンジ



23 (金)

- ごはん
- 鶏のみそ焼き
- ブロッコリーサラダ
- ひじき煮
- ポイル野菜



26 (月)

- ごはん
- 和風ハンバーグ
- 野菜炒め
- みかん缶



27 (火)

- ごはん
- 豚肉の焼き肉風
- ひじき煮
- ポイル野菜
- オレンジ



28 (水)

- ごはん
- 牛肉とキャベツの  
炒めもの
- かぼちゃ
- ポイル野菜
- みかん



29 (木)

- チキンカレー
- りんご



30 (金)

- ごはん
- 中華風肉団子
- 鶏の煮物
- いんげんのおひたし
- ひじき煮
- みかん缶

