

# 3月

オズデイサービスセンター

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付			1日	2日	3日	4日
昼食			赤飯 豚肉のバター醤油炒め 高野豆腐の煮物 もやしとコーンのリンゴドレサラダ 味噌汁	御飯 白身魚のソテー じゃが芋のそぼろ煮 奴豆腐 味噌汁 漬物	散らし寿司 蓮根と豚肉の炒り煮 フルーツ 味噌汁	キーマカレー 大根の香味ドレ和え ミルク寒天 マンゴーソース 漬物
おやつ			抹茶シフォンケーキ 紅茶	みるくまんじゅう(白あん) 煎茶	ひなサンド 紅茶	キャラメルパウンドケーキ 紅茶
日付	6日	7日	8日	9日	10日	11日
昼食	御飯 赤魚の照り煮 キャベツと豚肉のソテー 青梗菜と絹揚げの豆乳和え 味噌汁 漬物	御飯 肉じゃが 大根とイカの塩だしとろみ炒め 玉子豆腐 味噌汁 漬物	御飯 親子煮 山芋と平天の煮物 ほうれん草の洋風お浸し 味噌汁 漬物	御飯 肉うどん 高野豆腐のそぼろ煮 キャベツのバジルドレサラダ 漬物	御飯 牛肉の和風炒め 黒豆がんもの煮物 菜の花の和え物 味噌汁 漬物	御飯 白身魚の揚げ浸し 絹揚げとグリーンピースの煮物 洋梨缶のはちみつジュレ 味噌汁 漬物
おやつ	おしろこ(うきみ) 煎茶	きんつば 煎茶	ファンシーケーキ 紅茶	手作りあんシュー(いちごあん) 紅茶	どら焼き 煎茶	きな粉シフォンケーキ 紅茶
日付	13日	14日	15日	16日	17日	18日
昼食	御飯 黄金カレイの山椒煮 ひじきと豚肉の炒め物 ほうれん草と平天の和え物 味噌汁 漬物	御飯 鶏の唐揚げ キャベツと竹輪の塩レモンドレサラダ フルーツ 味噌汁 漬物	御飯 銀ひらすの香味焼き 金平ごぼう フルーツ 味噌汁 漬物	御飯 肉そぼろと卵そぼろ じゃが芋と豚肉の煮物 味付き胡麻豆腐 味噌汁 漬物	御飯 お好み焼き 高野豆腐のそぼろ煮 ブロッコリーと平天の和え物 味噌汁 漬物	御飯 味噌ラーメン はたけ菜とツナの炒め物 杏仁豆腐 漬物
おやつ	カフェマドレーヌ 紅茶	いちごミルクプリン 紅茶	手作りあんシュー(栗あん) 紅茶	今川焼き 煎茶	紅茶パウンドケーキ 紅茶	酒まんじゅう 煎茶
日付	20日	21日	22日	23日	24日	25日
昼食	しょい飯 鱈の若狭焼き 白才と竹輪の煮物 フルーツ 味噌汁	御飯 牛肉コロッケ 枝豆とベーコンの塩バターソテー 春キャベツの浅漬け 味噌汁 漬物	チキンカレー 大根とハムの塩麹ドレサラダ 寒天とフルーツ 漬物	ねぎとろ丼 白才と平天の炒め煮 カリフラワーとコーンのパウンドレサラダ 味噌汁	御飯 ハンバーグ 小松菜とツナの炒め物 白桃缶のピーチジュレ 味噌汁 漬物	御飯 銀ひらすの香味焼き 切干大根と鶏肉の煮物 奴豆腐 味噌汁 漬物
おやつ	手作りあんシュー(よもぎあん) 紅茶	ぼたもち 煎茶	いちごトルテ 紅茶	スイートポテト 紅茶	ぜんざい(もち麩) 煎茶	ココアシフォンケーキ 紅茶
日付	27日	28日	29日	30日	31日	
昼食	いなり寿司 にゅうめん 大根と豚肉の炒め物 フルーツ	御飯 赤魚の煮付け ピーマンと豚肉の炒め物 フルーツ 味噌汁 漬物	御飯 豚肉の生姜煮 大豆とこんにゃくの煮物 キャベツといんげんのアイランド和え 味噌汁 漬物	御飯 干草蒸し ひきないり(福島県郷土料理) 山芋とろろ 味噌汁 漬物	御飯 牛肉の野菜炒め 三色稲荷の煮物 胡瓜のレモン和え 味噌汁 漬物	
おやつ	パウンドケーキ(抹茶あずき) 紅茶	コーヒーゼリー 紅茶	よもぎまんじゅう 煎茶	マドレーヌ(プレーン) 紅茶	ぶどうゼリー 紅茶	

都合により献立が変更になる場合がございます。ご了承下さい。