

3月 献立表

月	火	水	木	金
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">1 621Kcal</p> <p>ごはん すまし汁 魚の西京焼 春雨サラダ キャベツのオイスター炒め</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">2 720Kcal</p> <p>おにぎり カレーうどん ブロッコリーと卵のサラダ(卵)</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">3 542Kcal</p> <p>さけちらし寿司(卵) すまし汁 ジャガイモのそぼろ煮</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">4 620Kcal</p> <p>ごはん 味噌汁 メンチカツ お浸し 大根の煮物</p> </div>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">7 699Kcal</p> <p>ごはん 味噌汁 ほうれん草 オムレツ(卵) マカロニサラダ 南瓜煮</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">8 540Kcal</p> <p>ごはん 味噌汁 魚の照り焼き 五色なます 若竹煮(たけのこ)</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">9 577Kcal</p> <p>たらこスパゲッティー コーンスープ グリーンサラダ</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">10 616Kcal</p> <p>ごはん 味噌汁 豚肉しょうが炒め もやしの和え物 とうがんの含め煮</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">11 570Kcal</p> <p>麻婆丼 中華スープ 青菜の錦糸和え(卵)</p> </div>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">14 618Kcal</p> <p>ごはん コンソメスープ フライ盛り合わせ かぼちゃのピーナッツあえ 大豆のトマト煮</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">15 632Kcal</p> <p>ごはん すまし汁 酢豚(たけのこ) キャベツとジャコのアレンジ物 れんこんの炒め煮</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">16 601Kcal</p> <p>おにぎり 味噌ラーメン(卵) いんげんのごまあえ</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">17 566Kcal</p> <p>ごはん 味噌汁 魚の塩焼き もやしの酢のもの 根菜煮</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">18 685Kcal</p> <p>親子丼(卵) 味噌汁 白あえ</p> </div>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">21 休み</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">22 590Kcal</p> <p>ごはん 味噌汁 魚のマヨネーズ焼き 酢のもの サツマイモと切り昆布の煮物</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">23 636Kcal</p> <p>焼きそば 味噌汁 高野煮</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">24 580Kcal</p> <p>パン クリームスープ チキンピカタ(卵) 花野菜のサラダ きのこソテー</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">25 671Kcal</p> <p>ポークカレー コンソメスープ 豆腐サラダ</p> </div>
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">28 569Kcal</p> <p>ごはん 味噌汁 魚の朝鮮焼き 甘酢和え ひじき煮</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">29 626Kcal</p> <p>ごはん コンソメスープ チキンソテー タルタルソース キャベツごま酢和え がんもの煮物</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">30 533Kcal</p> <p>おにぎり 肉うどん わさび和え</p> </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">31 652Kcal</p> <p>ごはん 味噌汁 八宝菜(たけのこ) しゅうまい しらたきの炒め煮</p> </div>	