



3月献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2日	3日	4日	5日	6日	7日
イカとアオサの豆腐揚げ ごまマヨサラダ 焼きビーフン 切り出し豚 キャンディチーズ 181 kcal	チキンパン粉焼き カレーソテー 切干大根の煮物 フキもっちりな(いちご)	ヒレカツ スパゲティサラダ 根菜煮 カニしぐれ フルーツMIX缶 225 kcal	豚ロースの生姜焼き 豆腐挽肉包み揚げ コンソメ煮 りんごダイス缶 233 kcal	菜の花コロケ 和風サラダ すき焼き風煮 海の星型なると マンゴープリン 168 kcal	野菜春巻き 煮物 千ジャオロース りんご 161 kcal
9日	10日	11日	12日	13日	14日
鮭の塩焼き 卵のサラダ 味噌炒め いちご杏仁豆腐 162 kcal	照り焼きハンバーグ 金平ごぼう 白和え タコウィンナー パン缶 190 kcal	エビフライ 手作りタルタルソース 酢の物 卵の花 黄桃缶 165 kcal	極みメンチカツ ごま風味サラダ カレー ミカン缶 255 kcal	炊き込みご飯 鶏天 マカロニのケチャップ炒め 大根の味噌炒め キャラメルおさつ 293 kcal	イカ野菜カツ フルーツサラダ 炒り豆腐 昆布和え 178 kcal
16日	17日	18日	19日	20日	21日
白身魚のケチャップ和え 中華サラダ 筑前煮 海の星型なると パン缶 227 kcal	ハムカツ 春雨サラダ 回鍋肉 マンゴープリン 248 kcal	牛まん包み揚げ 春雨の炒め物 高野豆腐の煮物 人参さつまちゃん りんごダイス缶 181 kcal	鮭ハンバーグ ナポリタン 切り昆布の煮物 フキもっちりな(いちご) 186 kcal	春分の日 	味噌トンカツ 山菜煮 ナムル風 カニしぐれ オレンジ 152 kcal
23日	24日	25日	26日	27日	28日
鶏の唐揚げ おかか煮 中華旨煮 黄桃缶 183 kcal	丸亀名物鶏風メンチ ポテトと野菜のサラダ 卵とじ キャンディチーズ 204 kcal	ささみ揚げ 白菜とリンゴのサラダ 根菜金平 パン缶 133 kcal	魚の正油麴焼き 玉子焼き 切干大根の炒め煮 タコウィンナー いちご杏仁豆腐 128 kcal	キャベツ焼き マカロニときのこのソテー 麻婆豆腐 切り出し豚 りんごダイス缶 194 kcal	アジの塩焼き 花野菜サラダ 南瓜のとほろあんかけ フルーツMIX缶 156 kcal
30日	31日	27日	28日	29日	30日
ハンバーグ 胡麻和え ツナ大根 フキもっちりな(いちご) 187 kcal	チキンステーキ ナポリタン 梅しそサラダ 人参さつまちゃん キャラメルおさつ 160 kcal				

☆仕入れの都合により献立を変更する場合がございます。ご了承下さい。

*ライスの分100gで167kcalをプラスしてください。

株式会社 ハローランチサービス
☎(554)1612 FAX(553)7959