



# 3.4月メニュー



こくりつわかさわんせいしょうねんせんの家



		No1	No2	No3	No4	No5	No6
日付	3月	1. 7. 13. 19. 25. 31	2. 8. 14. 20. 26	3. 9. 15. 21. 27	4. 10. 16. 22. 28	5. 11. 17. 23. 29	6. 12. 18. 24. 30
	4月	6. 12. 18. 24. 30	1. 7. 13. 19. 25	2. 8. 14. 20. 26	3. 9. 15. 21. 27	4. 10. 16. 22. 28	5. 11. 17. 23. 29
朝	主食1	ご飯 福井県産あきさかりブレンド	ご飯 福井県産あきさかりブレンド	ご飯 福井県産あきさかりブレンド	ご飯 福井県産あきさかりブレンド	ご飯 福井県産あきさかりブレンド	ご飯 福井県産あきさかりブレンド
	主食2	食パン	食パン	食パン	食パン	食パン	食パン
	主食3	コーンフレーク	お粥(サケ・わかめ)	お粥(サケ・わかめ)	フルーツグラノーラ	お粥(サケ・わかめ)	お粥(サケ・わかめ)
	汁物1	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	主菜1	サンマ&サバ塩焼き	ミニコロッケ	サバ味噌生姜煮	鮭塩焼き	ミニコロッケ	ポイルウインナー
	主菜2	オムレツ	スクランブルエッグ	フライドポテト(粗びきコショウ)	スクランブルエッグ	厚焼き卵	フライドポテト(粗びきコショウ)
	副菜3	納豆	納豆	納豆	納豆	納豆	納豆
	サラダ1	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー	コールスロー
	サラダ2	ポテトサラダ(カレー風味)	もやしのキムチナムル	こんにやくごぼう	マカロニサラダ(カレー風味)	高菜と揚げの和え物	マカロニサラダ
	その他	わかめ	わかめ	わかめ	わかめ	わかめ	わかめ
昼	主食1	ご飯 福井県産あきさかりブレンド	ご飯 福井県産あきさかりブレンド	ご飯 福井県産あきさかりブレンド	ご飯 福井県産あきさかりブレンド	ご飯 福井県産あきさかりブレンド	ご飯 福井県産あきさかりブレンド
	丼・麺	フォーの大豆ミート味噌コーンラーメン風	大豆ブロックと挽肉のヘルシーカレー	皿うどん広東風あんかけ	ピリ辛韓国風うどん	ハヤシライス	豚肉と竹の子のかき玉丼
	汁物	めかぶ雑炊	ワカメスープ	もずく雑炊	中華雑炊	白菜スープ	中華スープ
	主菜1	イカカツ	イワシフライ	シュウマイ	かき揚げ	サケフライ	揚げ餃子
	主菜2	ペンネナポリタン	里芋旨煮	フォーマーボー風炒め	切干大根煮	高野豆腐エスニック風	フォービビンバ風炒め
	副菜1	ひじき煮物	枝豆とやさいのトマト煮	揚げナス煮物	根菜(里芋・蓮根・菊・人参・ゴボウ・椎茸)の煮物	里芋揚げ煮	かぼちゃ煮
	副菜2	レンコンサラダ	いんげんゴマ和え	かぼちゃ煮	オクラ豆腐ゆず味噌和え	インゲンとワカメゴマ味噌和え	揚げナス煮物カレー風味
	サラダ1	コールスロー	コールスロー	菜の花とわかめのポン酢和え	コールスロー	コールスロー	切干ポン酢ごまサラダ
	サラダ2	スイートエンドウ	カリフラワー	コールスロー スイートエンドウ	カリフラワー	スイートエンドウ	コールスロー カリフラワー
	デザート	フルーツ(バナナ)	豆苗	千切り大根	豆苗	キャロットジュリアン	豆苗
夕	主食1	ご飯 福井県産あきさかりブレンド	ご飯 福井県産あきさかりブレンド	ご飯 福井県産あきさかりブレンド	ご飯 福井県産あきさかりブレンド	ご飯 福井県産あきさかりブレンド	ご飯 福井県産あきさかりブレンド
	主食2	スパゲティ ーボンゴレ	ソース焼うどん	へしこ&めかぶスパゲティ	菜の花ときのこのトマトソースパスタ	アサリとオクラの焼うどん	ポテト入り焼きそば風スパゲティ
	汁物	豚汁	きのこ中華スープ	もずくワカメスープ	若竹汁	きのこスープ	ミネストローネ
	主菜1	チキンカツ	ハンバーグ	ヒレカツ	ギョウザメンチカツ	鶏団子の甘酢ソース	鶏のから揚げ油林鶏ソース
	主菜2	鯖船場煮(ゴマ風味)	さんまの柳川風	鶏団子のトマトソース	サバポン酢煮	チキンカツ	サバ中華風煮
	副菜1	ビーフン高菜炒め	春キャベツとジャガイモ煮物	もやしとエンドウのオイスター炒め	カリフラワーとレンコンのペペロンチーノ	鮭のトマトクリーム煮	菜の花と油揚げ煮びたし
	副菜2	高野豆腐煮	大豆ミートと豆マヤシのビビンバ風炒め	きんぴらごぼうカレー風味	魚ゴボウ巻煮物	じゃが大豆ミンチ煮	大根と大豆ミートのヘルシーそぼろあん
	サラダ1	春雨とワカメのゆず味噌風味	豆とコーンのツナサラダ	ビーフンきのこサラダ	シーフードサラダ	めかぶともずく中華酢の物	アジア風チキン春雨サラダ
	サラダ2	キャベツミックス	キャベツミックス	キャベツミックス	キャベツミックス	キャベツミックス	キャベツミックス
	デザート	手作りブドウ蒟蒻ゼリーorオレンジゼリー	トマト	オクラ	ブロッコリー	ブロッコリー	オクラ

※メニューには食物アレルギー(卵・大豆・乳製品・小麦など)を含む食品も使用しております。

アレルギー等の問合せ等は、事前に食堂へご相談ください。

※都合によりメニューが変更される場合もあります。

※赤字の表示はあたらしいメニュー及び季節のメニューです。青字は地産及び、地元のメニューです。

※あきさかりブレンド米、一部にカリフォルニア米を使用しています。



TEL 0770-54-3345

FAX 0770-54-3412

