

# 〈献立表〉

現場：ファミリーイン瀬谷  
 献立種類：デイ(通常/基本)  
 年月日：2026年3月1日(日)～2026年3月31日(火)

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
昼食	御飯 豚肉の七味マヨ炒め もやしの中華サラダ 味噌汁 フルーツ	ちらし寿司 白和え すまし汁 杏仁フルーツ	御飯 鶏肉のカレー焼き ミックスベジタブル かわりきんぴら 味噌汁 フルーツ	御飯 にら玉 春雨サラダ 味噌汁 フルーツ	御飯 豚肉の甘酢炒め 春菊と油揚げのからし和え 味噌汁 フルーツ	御飯 牛肉と舞茸のピリ辛炒め 白菜の甘酢和え 味噌汁 フルーツ
	3時 チョコワッフル	ひなあられ 甘酒 練り切り	ヨーグルトケーキ	黒糖まんじゅう	パウムクーヘン	クリームコンフェ
昼食	御飯 豚肉の七味炒め かぶの柚香和え 味噌汁 フルーツ	御飯 鶏と高野豆腐の煮物 揚げなす 味噌汁 フルーツ	御飯 赤魚の香味焼き しそ ほうれん草のポン酢和え 味噌汁 フルーツ	御飯 鶏肉のごまだれ焼き ブロッコリー 筍とふきの土佐煮 おくらの青しそ和え 味噌汁	御飯 さばの竜田揚げ レモン 菜の花の辛子和え 味噌汁 フルーツ	御飯 鶏肉とさつまいもの煮物 白菜の和え物 味噌汁 フルーツ
	3時 ようかんロール	プリンタルト	ぼたぼた焼き	しっとりどら焼き	お茶まんじゅう	いちごケーキ
昼食	御飯 牛肉と舞茸の甘辛炒め おくらのポン酢和え 味噌汁 フルーツ	醤油ラーメン ぎょうざ フルーツ	御飯 豚肉とねぎのピリ辛炒め 小松菜の中華和え 味噌汁 フルーツ	カレーライス 福神づけ・らっきょう カリフラワーサラダ コンソメスープ フルーツ	かき揚げそば 里芋のごまあえ フルーツ	御飯 白身魚のトマトソースかけ アスパラソテー 青梗菜のわさび和え 味噌汁 フルーツ
	ムースシュー	紅茶ケーキ	クリームパン	さつま芋まんじゅう	おはぎ	ドームケーキ
昼食	御飯 豚肉とさつまいもの煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁 フルーツ	御飯 豚肉のオイスター炒め 青菜のくるみ和え 味噌汁 フルーツ	胚芽ロール コーンブレッド 鶏肉ときのこグラタン トマトサラダ コンソメスープ フルーツ	御飯 さわらのおろし煮 きのこのソテー 味噌汁 フルーツ	焼きそば シューマイ 中華スープ フルーツ	御飯 豚肉ときのこのソテー 白菜の柚子和え 味噌汁 フルーツ
	さくらカステラ	ヨーグルトケーキ	ガトーショコラ	お誕生日会	お茶まんじゅう	たい焼き
昼食	御飯 チンジャオロース きゅうりの中華和え 中華スープ フルーツ	御飯 カニ玉 大根とほたての和え物 味噌汁 フルーツ				
	3時 しっとりまんじゅう	クリームコンフェ				