



慶和会 花いちもんめ
2026/3/1~2026/3/31

	日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
屋食	御飯 メンチカツの甘辛煮 きゅうりとわかめの酢の物 漬物 みそ汁 エネルギー 505kcal 蛋白質 16.2g 脂質 10.1g 食塩 4.7g	行事食(ひなまつり) 花ちらしずし 筑前煮 果物 すまし汁 エネルギー 601kcal 蛋白質 26.1g 脂質 7.6g 食塩 4.6g	御飯 黒酢酢鶏 お浸し 白菜づけ みそ汁 エネルギー 544kcal 蛋白質 21g 脂質 10.1g 食塩 3.2g	御飯 赤魚の黄金漬焼き 揚げ出し豆腐 梅干し みそ汁 エネルギー 492kcal 蛋白質 21.8g 脂質 10.7g 食塩 3.3g	まいたげご飯 鶏肉ごまだれ焼き 卵豆腐のかにあんかけ 三色煮豆 みそ汁 エネルギー 595kcal 蛋白質 30.9g 脂質 15g 食塩 4.2g	醤油ラーメン 海鮮シューマイ フルーツ缶 エネルギー 503kcal 蛋白質 20.4g 脂質 12.8g 食塩 7.9g	御飯 鶏肉の唐揚げ レモン和え ふりかけ みそ汁 エネルギー 584kcal 蛋白質 24.8g 脂質 14.7g 食塩 3.4g
デザート	いちごムース	ミニ桜餅・抹茶ロールケーキ	ミニ桜餅・抹茶ロールケーキ	ミニ桜餅・抹茶ロールケーキ	上生菓子	上生菓子	上生菓子
屋食	御飯 魚の揚げ煮(たら) ポテトサラダ 漬物 みそ汁 エネルギー 638kcal 蛋白質 21g 脂質 21.2g 食塩 3.2g	中華丼 なすの田楽 みそ汁 エネルギー 558kcal 蛋白質 21.3g 脂質 19.3g 食塩 4.2g	御飯 鯖の味噌煮 舞茸と豆腐のふんわり天 煮豆 五目汁 エネルギー 769kcal 蛋白質 26.7g 脂質 26.9g 食塩 3.6g	とり天うどん さつま芋と昆布の煮物 フルーツ缶詰 エネルギー 553kcal 蛋白質 20.2g 脂質 9.8g 食塩 5.8g	御飯 魚の照り焼き(ブリ) ひじきと大豆の煮物 梅干し 豚汁 エネルギー 610kcal 蛋白質 27.7g 脂質 18.5g 食塩 4.4g	御飯 鶏もも肉の照煮 マカロニサラダ おかか昆布 みそ汁 エネルギー 589kcal 蛋白質 23.9g 脂質 13.7g 食塩 3.5g	きのごカレー キャベツとパインのサラダ わかめスープ エネルギー 611kcal 蛋白質 16.7g 脂質 19.4g 食塩 4.6g
デザート	もみじまんじゅう	バニラムース	プッセ(チョコ)	ムースエクレア	ドームケーキ(カスタード)	フルーチェ(ピーチ)	プリン
屋食	御飯 豚肉と玉ねぎの味噌炒め 大根サラダ 漬物 すまし汁 エネルギー 515kcal 蛋白質 16.7g 脂質 15.1g 食塩 2.3g	なめこそば 天ぷら オレンジ エネルギー 545kcal 蛋白質 16.6g 脂質 14.3g 食塩 2.3g	三色丼 里芋の柚子味噌かけ みそ汁 エネルギー 520kcal 蛋白質 21g 脂質 11.7g 食塩 4.7g	ゆかり御飯 魚の香り焼き(メバル) なすのエビはさみ揚げ 煮豆 かき玉そうめん汁 エネルギー 602kcal 蛋白質 23.5g 脂質 12.9g 食塩 4.1g	御飯 豆腐ハンバーグ きのごソース 山吹和え ふりかけ みそ汁 エネルギー 496kcal 蛋白質 18.1g 脂質 9.7g 食塩 3.4g	行事食(お彼岸) おはぎ 信田煮 つぼみ菜のお浸し 漬物 おくずかけ エネルギー 469kcal 蛋白質 18.5g 脂質 4.8g 食塩 3.3g	御飯 チキン南蛮 なめこ大根おろし しそ昆布 みそ汁 エネルギー 560kcal 蛋白質 21.7g 脂質 15.2g 食塩 2.8g
デザート	みかんゼリー	クレープ(カスタード)	栗のムース	どら焼き(こしあん)	プッセ(バニラ)	フルーツみつ豆	りんごゼリー
屋食	御飯 魚の味噌煮(クロムツ) かぼちゃの甘煮 漬物 すまし汁 エネルギー 569kcal 蛋白質 23.6g 脂質 9.5g 食塩 3.7g	御飯 かにクリームコロッケ サツパリポテト おかか昆布 みそ汁 エネルギー 612kcal 蛋白質 14.3g 脂質 19.1g 食塩 3.4g	御飯 焼魚(ほっけ) うの花炒り ふりかけ みそ汁 エネルギー 469kcal 蛋白質 21.2g 脂質 9.1g 食塩 2.4g	チキンカレー ボイルサラダ 白菜スープ エネルギー 595kcal 蛋白質 15.8g 脂質 15.5g 食塩 4.5g	ソース焼きそば 杏仁フルーツ かき卵わかめスープ エネルギー 515kcal 蛋白質 17.9g 脂質 10.6g 食塩 3.2g	御飯 鶏肉のピカタ なめ茸和え 梅干し みそ汁 エネルギー 511kcal 蛋白質 22g 脂質 11.7g 食塩 3.4g	おにぎり(みそ・鮭わかめ) 盛り合わせ お浸し 漬物 山形風芋煮 エネルギー 530kcal 蛋白質 19.3g 脂質 10.2g 食塩 3.5g
デザート	バウムクーヘン	パウンドケーキ(チョコ)	ミニたい焼き	ドームケーキ(こしあん)	ラフランスゼリー	どら焼き(ずんだ)	カクテルゼリー
屋食	御飯 鶏もも肉のソテー なす なべしぎ 漬物 みそ汁 エネルギー 565kcal 蛋白質 21.5g 脂質 18.7g 食塩 2.8g	御飯 魚の味噌照り焼き(クロムツ) ポテト金平 梅干し すまし汁 エネルギー 641kcal 蛋白質 21.2g 脂質 20.1g 食塩 4.8g	肉うどん 枝豆と豆腐のしんじょ バナナ エネルギー 521kcal 蛋白質 18.6g 脂質 21.7g 食塩 3.5g				
デザート	いちご菓子	いちご菓子	いちご菓子				

※仕入れの状況により、メニューが変更になる場合があります。



