



月	火	水	木	金	土
	1 	2 	3 	4 	
	オムライス コーンスープ サラダ	ごはん 御飯、もやしのスープ 魚の味噌チーズ焼き スパゲティサラダ	さくらずし 桜寿司、すまし汁 お花の豆腐バーグ 桜焼売、ひなあられ	やきとりどん 焼き鳥丼、味噌汁 コールスローサラダ 葛馒头	
7 	8 	9 	10 	11 	3月の旬の食材 たまねぎ パセリ 菜の花 はるさめ
むぎごはん 麦御飯、ビーツスープ ミートソースグラタン シーザーサラダ	炊き込み御飯、味噌汁 魚の塩焼き カリフラワーサラダ	ホットドッグ、サラダ コンソメスープ ヨーグルト、ジュース	ごはん 御飯、ナムル 韓国風トロトロスープ キャベツのメンチカツ	ごはん 御飯、すまし汁 鶏肉のチヂミ焼 南瓜のサラダ	
14 	15 	16 	17 	18 	19
さんしょくどん 三色丼、もずくスープ サラダ、ゼリー	しら 皿うどん、おにぎり サラダ、果物	ごはん 御飯、太平燕 チーズフォンデュ 胡麻和え	ごはん 御飯、すまし汁 ハンバーグ サラダ	ごはん 御飯、かき玉汁 魚のタルタルソースかけ コロコロサラダ	パン、シチュー サラダ、プリン 牛乳
	22 	23 	24 	25 	26
	てんしんはん 天津飯、味噌汁 サラダ おさつスナック	ごはん 御飯、すまし汁 魚のムニエル レモン和え	ごはん 御飯、ワカメのスープ 鶏の醤油香り揚げ ゼリー	ごはん 御飯、春雨スープ つくねの甘酢炒め ブロッコリーサラダ	はなみべんとう お花見弁当
28 	29 	30 	31 	～食にまつわる言葉～【開いた口に牡丹餅】 棚の下で寝転んでいたら、牡丹餅が落ちてきて開いた口に飛び込む様子。思いがけない幸運が舞い	
むぎごはん 麦御飯、ワタシスープ 豆腐のふわふわ揚げ ひじきのサラダ	ごはん 御飯、味噌汁 チキン南蛮 酢もの	オムレツカレー コロケカレー キャベツのスープ、サラダ	ごもく 五目うどん、おにぎり サラダ 山芋短冊揚げ		