

月 火 水 木 金

令和6年3月



1	ちらしずし(すし飯)
	豆腐のすまし汁
	三色ゼリー

4	とり肉のから揚げ	5	わかめご飯 肉じゃが	6	キーマカレー	7	全粒粉パン たらのパジルソース焼き	8	あじフライ(ソース)
	切干し大根のサラダ		とり肉と春雨の炒め物		大根のサラダ		イタリアンドレッシングサラダ		えのきたけの和え物
	みそ風味スープ		いちご		米粉のケーキ(いちご)		ミネストローネ		キャベツのみそ汁



11	キムタクご飯	12	揚げぎょうざ	13	さけのしょうゆこうじ焼き	14	味付けパン 焼きスパゲティ	15	さわらの梅みそ風味焼き
	大根のすまし汁		とり肉と野菜の中華炒め		ごま和え		白菜のスープ		信田和え
	フルーツヨーグルト		玉ねぎのスープ		ぶた肉と大根の煮物		ミニトマト		そうめんふしのすまし汁



18	きのこソースハンバーグ	19	カレーライス
	三色和え		コーンサラダ
	ぶた汁		いちごのジュレ

今年度は28種類の地場産物を使用しました!

米、米粉
 だいこん、にんじん
 玉ねぎ、さつまいも
 えびいも、じゃがいも
 にんにく、キャベツ
 白菜、ほうれん草
 ねぎ、ピーマン
 モロッコ豆、なす
 きゅうり、かぶ
 壬生菜、小松菜
 春菊、水菜
 万願寺唐辛子
 黒大豆枝豆
 黒豆、小豆
 菌床しいたけ
 鹿肉

初

3月の新メニュー

【たらのパジルソース焼き】

○ 材料 ○ (2人分)

- ・たら切身:2枚
- ・食塩:少々
- ・こしょう:少々
- ・すりおろしにんにく:小さじ1/3
- ・クッキングワイン(白):小さじ1
- ・バジルペースト:小さじ1
- ・乾燥バジル:少々

○ 作り方 ○

- ① 調味料を混ぜる。
- ② たらを調味料に漬け込み、焼く。

