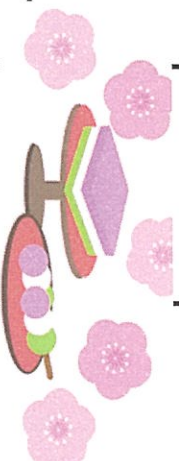


2025年3月 なかよしなかま おこんだてひょう



3月1日(土)
どんかつ
 れんこんサラダ
 ウインナー
 リンゴタイス
 ごはん

おつしほう
 371キロカロリ-

3月3日(月)	3月4日(火)	3月5日(水)	3月6日(木)	3月7日(金)	3月8日(土)
薬の花コロッケ コーンシュウケイ マカロニサラダ ミニゼリー 菜めし	ハムステーキ 小松菜のごま和え 水ぎょうざ 洋ナシタイス ごはん	オムレツ インゲンソテー ポテトサラダ おかん	ミートボール 大豆の煮物 大学いも マングォータイス わかめごはん	ほうれん草平焼き 卵の花 三色豆 パイ ごはん	カレーコロッケ 野菜炒め フランスク リンゴタイス ごはん
おつしほう 388キロカロリ-	おつしほう 347キロカロリ-	おつしほう 206キロカロリ-	おつしほう 382キロカロリ-	おつしほう 259キロカロリ-	おつしほう 347キロカロリ-

3月10日(月)	3月11日(火)	3月12日(水)	3月13日(木)	3月14日(金)	3月15日(土)
親子カツ煮 いんげんのごま和え さつまいものサラダ ミニゼリー 菜めし	ハンバーグ フランスポテト マカロニサラダ 洋ナシタイス ごはん	ビーフメンチカツ 春巻き かぼちゃサラダ おかん	豆腐ハンバーグ 菜の花のお浸し ビーフストフト マングォータイス わかめごはん	チキンステーキ カレーコロッケ 焼きビーフン パイ ごはん	イタリヤントマトフランス オムレツ ウインナー リンゴタイス ごはん
おつしほう 377キロカロリ-	おつしほう 384キロカロリ-	おつしほう 267キロカロリ-	おつしほう 323キロカロリ-	おつしほう 369キロカロリ-	おつしほう 424キロカロリ-

3月17日(月)	3月18日(火)	3月19日(水)	3月20日(木)	3月21日(金)	3月22日(土)
えびかつ 肉しゅうまい ポテトサラダ ミニゼリー 菜めし	鶏のかう揚げ 春雨マヨサラダ 大豆の煮物 洋ナシタイス ごはん	ミートオムレツ うぐいす豆 スパゲティサラダ おかん		牛肉コロッケ 卵の花 ミートボール パイ ごはん	ハンバーグ トマトペンネ フランスポテト リンゴタイス ごはん
おつしほう 412キロカロリ-	おつしほう 435キロカロリ-	おつしほう 237キロカロリ-		おつしほう 400キロカロリ-	おつしほう 359キロカロリ-

3月24日(月)	3月25日(火)	3月26日(水)	3月27日(木)	3月28日(金)	3月29日(土)
豆腐ステーキ 野菜春巻き マカロニサラダ ミニゼリー 菜めし	メンチカツ かに風味しゅうまい かぼちゃサラダ 洋ナシタイス ごはん	カニクリームコロッケ ウインナー ポテトサラダ おかん	お好み焼き チンゲン菜のソテー 肉しゅうまい マングォータイス わかめごはん	鶏のかう揚げ 厚焼き玉子 ちくわ天 パイ ごはん	ハムステーキ フランスポテト かんも煮 リンゴタイス ごはん
おつしほう 314キロカロリ-	おつしほう 422キロカロリ-	おつしほう 236キロカロリ-	おつしほう 298キロカロリ-	おつしほう 444キロカロリ-	おつしほう 383キロカロリ-

3月31日(月)					
メンチカツ 焼きビーフン 金時豆 ミニゼリー 菜めし					
おつしほう 357キロカロリ-					