

いつき 2026年3月献立表(前半)※食材の仕入れ状況により、内容は変更する場合がございます。

		肉	エネルギー (kcal)	魚	エネルギー (kcal)	丼物	エネルギー (kcal)	ルウ物	エネルギー (kcal)	麺類	エネルギー (kcal)
2	月	鶏肉の照り焼き さつま芋の甘煮 ほうれん草の白和え ご飯 汁物 フルーツ	608	白身魚のきのこ鮎かけ さつま芋の甘煮 ほうれん草の白和え ご飯 汁物 フルーツ	519	たまご丼 さつま芋の甘煮 ほうれん草の白和え 汁物 フルーツ	527	シーフードカレー さつま芋の甘煮 ほうれん草の白和え 汁物 フルーツ	650	なめこおろしにゆう麺 さつま芋の甘煮 ほうれん草の白和え ご飯 フルーツ	490
3	火	お好み焼風卵焼き がんもの煮物 菜の花のお浸し ご飯 汁物 フルーツ	605	メバルの天ぷら がんもの煮物 菜の花のお浸し ご飯 汁物 フルーツ	574	牛丼 がんもの煮物 菜の花のお浸し 汁物 フルーツ	654	シーフードカレー がんもの煮物 菜の花のお浸し 汁物 フルーツ	633	ナポリタン がんもの煮物 菜の花のお浸し ご飯 汁物 フルーツ	545
4	水	麻婆豆腐 しゅうまい 三色ナムル ご飯 汁物 フルーツ	621	鯖の塩焼き しゅうまい 三色ナムル ご飯 汁物 フルーツ	568	豚丼 しゅうまい 三色ナムル 汁物 フルーツ	571	シーフードカレー しゅうまい 三色ナムル 汁物 フルーツ	645	五目あんかけきしめん しゅうまい 三色ナムル ご飯 フルーツ	470
5	木	牛すき煮 金平ごぼう 大根の甘酢和え ご飯 汁物 フルーツ	610	赤魚の更紗蒸し 金平ごぼう 大根の甘酢和え ご飯 汁物 フルーツ	471	はいから丼 金平ごぼう 大根の甘酢和え 汁物 フルーツ	531	ビーフシチュー 金平ごぼう 大根の甘酢和え ご飯 汁物 フルーツ	675	とろろそば 金平ごぼう 大根の甘酢和え ご飯 フルーツ	426
6	金	豚肉と白菜の旨煮 ナスの揚げびたし インゲンのさっぱり和え ご飯 汁物 フルーツ	571	たらしの利休焼き ナスの揚げびたし インゲンのさっぱり和え ご飯 汁物 フルーツ	488	ビビンバ丼 ナスの揚げびたし インゲンのさっぱり和え 汁物 フルーツ	685	ビーフシチュー ナスの揚げびたし インゲンのさっぱり和え ご飯 汁物 フルーツ	694	関西風うどん ナスの揚げびたし インゲンのさっぱり和え ご飯 フルーツ	418
7	土	治部煮 チンゲン菜のごま炒め カリフラワーサラダ ご飯 汁物 フルーツ	614	アジフライ チンゲン菜のごま炒め カリフラワーサラダ ご飯 汁物 フルーツ	701	中華丼 チンゲン菜のごま炒め カリフラワーサラダ 汁物 フルーツ	544	ビーフシチュー チンゲン菜のごま炒め カリフラワーサラダ ご飯 汁物 フルーツ	703	ちゃんぽんめん チンゲン菜のごま炒め カリフラワーサラダ ご飯 フルーツ	488
9	月	肉団子の五目煮 卵焼き わかめの生姜和え ご飯 汁物 漬物	563	赤魚のムニエル 卵焼き わかめの生姜和え ご飯 汁物 漬物	505	豚丼 卵焼き わかめの生姜和え 汁物 漬物	552	肉団子のシチュー 卵焼き わかめの生姜和え ご飯 汁物 漬物	715	明太子パスタ 卵焼き わかめの生姜和え ご飯 汁物 漬物	539
10	火	肉コロッケ 大根の煮物 ほうれん草サラダ ご飯 汁物 漬物	694	タラのマヨ焼き 大根の煮物 ほうれん草サラダ ご飯 汁物 漬物	571	麻婆丼 大根の煮物 ほうれん草サラダ 汁物 漬物	486	肉団子のシチュー 大根の煮物 ほうれん草サラダ ご飯 汁物 漬物	693	おぼろ昆布きしめん 大根の煮物 ほうれん草サラダ ご飯 漬物	408
11	水	ポークチャップ ナスの田舎煮 チンゲン菜の錦糸和え ご飯 汁物 漬物	577	メバルの酒蒸し ナスの田舎煮 チンゲン菜の錦糸和え ご飯 汁物 漬物	534	木の葉丼 ナスの田舎煮 チンゲン菜の錦糸和え 汁物 漬物	538	肉団子のシチュー ナスの田舎煮 チンゲン菜の錦糸和え ご飯 汁物 漬物	741	きつねそば ナスの田舎煮 チンゲン菜の錦糸和え ご飯 漬物	453
12	木	鶏肉の梅焼き かぼちゃコロッケ コールスローサラダ ご飯 汁物 漬物	690	エビピラフ かぼちゃコロッケ コールスローサラダ ご飯 汁物 漬物	575	中華丼 かぼちゃコロッケ コールスローサラダ 汁物 漬物	625	カレーライス かぼちゃコロッケ コールスローサラダ 汁物 漬物	738	焼うどん かぼちゃコロッケ コールスローサラダ ご飯 汁物 漬物	582
13	金	豆腐のそぼろあん ひじき煮 春菊のごま和え ご飯 汁物 漬物	605	さわらの味噌焼き ひじき煮 春菊のごま和え ご飯 汁物 漬物	532	焼肉丼 ひじき煮 春菊のごま和え 汁物 漬物	592	カレーライス ひじき煮 春菊のごま和え 汁物 漬物	627	とんこつラーメン ひじき煮 春菊のごま和え ご飯 漬物	439
14	土	豚肉の生姜焼き れんこんの煮物 はりはりサラダ ご飯 汁物 漬物	576	カレイのからあげ れんこんの煮物 はりはりサラダ ご飯 汁物 漬物	543	麻婆丼 れんこんの煮物 はりはりサラダ 汁物 漬物	533	カレーライス れんこんの煮物 はりはりサラダ 汁物 漬物	657	中華風にゆう麺 れんこんの煮物 はりはりサラダ ご飯 漬物	477
16	月	牛肉じゃが ナスの味噌掛け 小松菜のなめ茸和え ご飯 汁物 フルーツ	693	鯖のみりん焼き ナスの味噌掛け 小松菜のなめ茸和え ご飯 汁物 フルーツ	614	焼き鳥丼 ナスの味噌掛け 小松菜のなめ茸和え 汁物 フルーツ	585	ひき肉のカレー ナスの味噌掛け 小松菜のなめ茸和え 汁物 フルーツ	698	わかめきしめん ナスの味噌掛け 小松菜のなめ茸和え ご飯 フルーツ	463