

# 令和8年 3月 献立表

デイサービスセンター美鈴ヶ丘

日	月	火	水	木	金	土
3月1日(日)	3月2日(月)	3月3日(火)	3月4日(水)	3月5日(木)	3月6日(金)	3月7日(土)
休館日	御飯 豚の生姜焼き 呉汁 白菜のとろみ炒め スパサラダ	ちらし寿司(節句) そうめん汁 煮合わせ 菜の花の辛子和え 桜もち	休館日	御飯 鯖の煮付 吸物 小松菜の中華風炒め 春雨の酢物	御飯 春野菜のかき揚げ 吸物 大根と竹輪の煮付 ピリ辛ナムル	雑穀御飯 回鍋肉 吸物 里芋の鳴門煮 ブロッコリーのごま和え
3月8日(日)	3月9日(月)	3月10日(火)	3月11日(水)	3月12日(木)	3月13日(金)	3月14日(土)
休館日	野菜ポークカレー 切干大根のコンソメ炒め ツナサラダ フルーチェ 福神漬	御飯 カレイのトマトソースかけ 野菜スープ 金平ごぼう ゆず和え	休館日	御飯 鶏肉と里芋の煮つけ 吸物 青梗菜とエビのカレー醤油炒め マカロニサラダ	御飯 かに玉風 中華スープ 白菜とあさりの煮浸し ほうれん草チーズ風味ごま和え	御飯 白身魚のチーズパン粉焼き 吸物 大根のカニくず煮 小松菜の和え物
3月15日(日)	3月16日(月)	3月17日(火)	3月18日(水)	3月19日(木)	3月20日(金)	3月21日(土)
休館日	御飯 和風おろしハンバーグ 吸物 青梗菜のオイスター炒め 梅肉和え	御飯 鰯の甘酢あんかけ 吸物 南瓜煮 塩昆布和え	休館日	いなり寿司 吸物 ミニヒレカツ 白菜の梅なめ茸和え 煮豆	彼岸そば じゃが芋煮 なめ茸和え ぼたもち(春分の日)	麦ごはん メバルの山椒煮 けんちん汁 キャベツのカレー炒め とろろ芋
3月22日(日)	3月23日(月)	3月24日(火)	3月25日(水)	3月26日(木)	3月27日(金)	3月28日(土)
休館日	御飯 太刀魚の葱みそ焼き 吸物 里芋のごま煮 深山和え	御飯 鶏と茄子のさっぱり炒め 吸物 さつま芋の煮つけ 海藻サラダ	休館日	御飯 タラの彩りあんかけ 吸物 鶏と大根の煮物 春菊のお浸し	御飯 筑前煮 吸物 豚肉とほうれん草炒め レモン和え	赤飯 天ぷらの盛り合わせ 茶碗蒸し なます ケーキ
3月29日(日)	3月30日(月)	3月31日(火)				
休館日	御飯 白すり身の五目揚げ 吸物 蓮根と糸こんの金平 浅漬け	御飯 豚肉と茄子の甘辛煮 吸物 キャベツとえびの炒め物 おからサラダ				

## 旬の食材

小松菜・菜の花・ほうれん草・さわら・メバル