

# 夕食献立表

2026年

3月1日~3月31日

行事食

3日(火) ひな祭り

1日(日)

魚の西京焼き
小松菜とちくわの炒め煮
さつま芋のサラダ
すまし汁
御飯

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)
鶏の照り焼き	魚のかぶら蒸し	オムレツ	きつねうどん	魚の甘酢風	豚肉のゴマ味噌焼き
チリコンカン	肉じゃが	明太子スパゲッティ	変わり揚げ	がんも煮	ポトフ
キャベツの昆布和え	三色寒天	海藻サラダ	はりはり漬け	茶そばサラダ	人参とワカメの酢の物
ナスの味噌汁	お吸い物	中華スープ	つゆ	白菜の味噌汁	すまし汁
御飯	赤飯	御飯	炊き込み御飯	御飯	御飯

8日(日)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)
魚と大根の煮付け	お好み焼き	ポークチャップ	魚の竜田揚げ	ミートローフ	ビーフカレー
キャベツの生姜炒め	ひじき煮	かぼちゃ煮	けんちん煮	菜の花と油あげの煮物	かぼちゃコロック
大豆サラダ	カリフラワーのカレー酢	チョレギサラダ	ワカメの酢の物	スパゲッティサラダ	ゴボウサラダ
しめじの味噌汁	麩の味噌汁	すまし汁	キャベツの味噌汁	すまし汁	フルーツ寒天
御飯	ゆかり御飯	御飯	御飯	御飯	御飯

14日(土)	15日(日)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)
焼きうどん	かに玉	魚のカレームニエル	とんかつ	鶏のケチャップ煮	魚の梅しそ焼き
フロッコリーのカニあんかけ	ジャーマンポテト	市松煮	青菜と厚揚げの炒め物	じゃこピーマン	ナスの煮浸し
レンコンのサラダ	エノキと菜の花の和え物	もやしとハムのサラダ	カリフラワーの甘酢	オクラと山芋のサラダ	白和え
麩の味噌汁	コンソメスープ	オクラの味噌汁	すまし汁	ナスの味噌汁	すまし汁
混ぜ御飯	ピース御飯	御飯	御飯	御飯	御飯

20日(金)	21日(土)	22日(日)	23日(月)	24日(火)	25日(水)
麻婆豆腐	鶏のハニーマスタード焼き	豚南蛮そば	魚のおろし煮	魚の西京焼き	鶏の唐揚げ
ちくわと昆布の煮物	さつま芋煮	かき揚げ	青菜の卵炒め	若竹煮	キャベツのコンソメ煮
切干とほうれん草のサラダ	チンゲン菜のゴマ酢和え	トマトのマリネ	春雨の中華サラダ	カニカマの酢の物	大根の和風おかまヨサダ
中華スープ	すまし汁	つゆ	里芋の味噌汁	すまし汁	かぼちゃの味噌汁
御飯	御飯	ワカメ御飯	御飯	御飯	御飯

26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)	30日(月)	31日(火)
魚のソテー	鶏の照り焼き	魚の磯香揚げ	牛肉と厚揚げの甘辛煮	魚のトマトソース	エビフライ
お豆腐とひじきの煮物	青菜の中華炒め	ナス田楽	里芋のあんかけ	じゃが芋明太	大根のそばろ煮
ピーナッツ和え	さつま芋のサラダ	桜エビの酢の物	キャベツときゅうりのゴマ油漬	ナムル	人参のマリネ
なめこの味噌汁	すまし汁	じゃが芋の味噌汁	ナスの味噌汁	コンソメスープ	かき玉汁
御飯	御飯	御飯	御飯	御飯	御飯

商品の都合により、献立が変更することがあります。

夕食は午後7時までにお召し上がりください。

(有)ゴールデン・エイジ・サービス

TEL 255-2005