

3月の献立表

月	火	水(翌週の注文締切日)	木	金
3月3日	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日
タラのちゃんちゃん焼き	鶏肉の柚子胡椒焼き	ポークケチャップ	白身フライ	サバの塩焼き
おから炒め	里芋のごま味噌煮	炒り豆腐	ほうれん草の玉子炒め	ツナのあっさり煮
豚じゃが	もやしチャンプル	かぼちゃのそぼろ煮	高野豆腐と大根の煮物	もやし酢鶏
菜の花の辛し和え	小松菜と蒲鉾の梅和え	インゲンのピーナツバター和え	オクラとしめじの中華ごま和え	ごぼうサラダ
ひじきの洋風炒め	厚揚げの焼肉タレ炒め	焼きもろこし炒め	にんじんのきんぴら	高菜炒め
味付きふき	きのこの白和え	白豆	しば漬け	厚焼き玉子
3月10日	3月11日	3月12日	3月13日	3月14日
牛肉としめじのしぐれ煮	アジの糍漬け	豚肉の生姜煮	鶏肉の梅照焼き	赤魚の野菜あんかけ
キャベツのコンソメ煮	切干大根とあさりの煮物	ひじき煮	もやしとしめじのオイスター炒め	スパゲティ炒め
揚げ出し豆腐	白菜とミンチの中華炒め	鶏そぼろ入り野菜炒め	麻婆豆腐	筑前煮
かぼちゃサラダ	ほうれんの辛し和え	小松菜とにんじんのごま酢和え	オクラとわかめの酢味噌和え	おからサラダ
蓮根の生酢和え	がんもの煮物	シーフードマカロニサラダ	しらたきとニラのいり煮	ちくわとパプリカの甘辛炒め
しらたきの明太子炒め	さくら漬け	うぐいす豆	さといも煮	大根の味噌漬け
3月17日	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日
塩ダレ豚	アジのおろし煮	鶏肉のマーマレード焼き	ハンバーグ きのことソース	タラのムニエル 香味ソース
のり塩ポテト(バター風味)	玉子ときくらげの炒め物	大豆のトマト煮	大根と海老のあんかけ	塩焼きそば
けんちん煮	肉じゃが	白菜とベーコンのコンソメ煮	炒り鶏	豆腐とエビのチリソース
白菜のポン酢和え	キャベツとカニカマの中華サラダ	ほうれん草とツナの塩昆布和え	にんじんとコーンのマスタードサラダ	パプリカと豆のごまマヨ和え
れんこんと蒟蒻のきんぴら	切り昆布と揚げの煮物	カルボナーラスパゲティ	わかめときゅうりの酢の物	ピリ辛こんにゃく
彩コーンの春雨サラダ	きゅうり漬け	じゃこじゃが	インゲンとじゃこの醤油炒め	かぼちゃ煮
3月24日	3月25日	3月26日	3月27日	3月28日
赤魚のバター醤油焼き	キャベツメンチカツ	サバの味噌煮	豚キムチ	鶏肉のチンジャオロース風
エビの春雨煮	きんぴらごぼう	ビーフン炒め	たけのこの土佐煮	竹輪のカレー炒め
厚揚げと筍の煮物	白菜としめじのカレークリーム煮	じゃがいもとソーセージのトマト煮	豆腐と茄子の肉そぼろあん	キャベツの生姜炒め洋風煮
カリフラワーのおかか梅和え	ブロッコリーの明太和え	大根と小エビの酢の物	ポテトサラダ	さつま芋サラダ
しめじのわさび醤油お浸し	ほうれん草とコーンのソテー	4種豆の金ごま和え	白菜と油揚げの煮物	ミートソーススパゲティ
肉団子の甘酢あん	梅春雨	高野豆腐のコンソメ煮	カニ焼売	みかん
3月31日				
白身魚のハンバーグ				
大豆の五目煮				
ナスの挽肉炒め				
もやしのナムル				
インゲンソテー				
かつおかりんご漬け				

※ご注文は前週の水曜日17時までとなりますのでご注意ください。
 ※21時までにはお召し上がりください。
 ※仕入れの状況によって献立が変わることがありますのでご了承ください。