

令和8年 3月 献立表

	朝 食		昼 食		夕 食					
1日	パンセットA	700	豚丼 いんげんと竹輪の炒め	味噌汁(豆腐・ワカメ) ショア	1202	御飯220G タンドリーチキン マカロニサラダ	清汁(なめこ・ほんぺん) 水菜サラダ	1127	3029	
2月	御飯220G 生玉子 牛乳	味噌汁(えのき・しめじ) 納豆 ふりかけ	747	御飯220G 白身魚の鶏味噌焼き	もずくスープ 南瓜そぼろ煮	759	御飯220G 野菜と豆腐のふっくら揚げ	清汁(冬瓜・えのき) ごぼうと人参のサラダ	865	2371
3火	御飯220G いわし生姜煮 牛乳	味噌汁(若・玉) 朝サラダ(ダイ・ニン)	593	御飯220G 生リブロースステーキ ケーキ	オニオンスープ ブロッコリー・人参 トマトのオニオンサラダ	1256	御飯220G なすと豚肉の味噌炒め	清汁(椎茸・ほうれん草) 胡瓜の酢の物	834	2683
4水	御飯220G ハムエッグ 牛乳	味噌汁(筍) キャベツ(紫キャベツ)	605	御飯220G 鮭とワカメ御飯 白菜とじゃこの甘酢あえ	てんぷらうどん(そば)	1209	御飯220G 肉じゃが(豚)	味噌汁(なめこ・玉葱) おからサラダ	904	2714
5木	オープンサンド 牛乳	ポタージュスープ	703	韓国風ポキ丼 ピリ辛冬瓜あんかけ	ワカメスープ	915	御飯220G 鯖塩焼き	味噌汁(ジャガ・玉) ごぼうと油揚げの炒め	608	2226
6金	御飯(小) オクラのごま和え 温泉卵	朝食うどん 牛乳	718	御飯260G ツナサラダ 牛乳	チキンカレー 漬物(福神・らっきょう)	1965	折り詰め弁当A		890	2973
7土	パンセットB	700	(シ)チャーハン 春巻	中華風卵スープ レタス(海藻サラダ)	984	御飯220G コーンサラダ	チキンのホワイトシチュー ソファール	989	2673	
8日	パンセットC	700	御飯220G 鶏のソース焼き キュウリのキムチ和え	コンソープ キャベツ(人参)	925	御飯220G 塩ダレ豚焼き	清汁(渦巻き麩) シーザサラダ	931	2556	
9月	御飯220G 生玉子 牛乳	味噌汁(筍) 納豆 はちみつ梅干し	647	御飯220G 国産さばの生姜煮 ほうれん草のごま和	味噌汁(豆腐・ワカメ) キャベツ(紫キャベツ)	688	御飯220G 豆腐ハンバーグおろしキノコソース ペペロンチーニ	味噌汁(コマツナ・麩) レタス(キュウリ)	843	2178
10火	御飯220G サケ塩焼 牛乳	味噌汁(ジャガ・玉) キャベツ(人参)	618	御飯220G ゴーヤチャンプルー	そーき汁 もずく酢の物	821	御飯220G よたれ鶏	えのきと春雨のスープ 青梗菜の中華和	837	2276
11水	御飯220G 五目あんかけ玉子 牛乳	味噌汁(ホウレン草・絹ゴシ) 白菜のおかか和え	630	担々麺 レタス(海藻サラダ)	ポークシュウマイ 中華ポテト	1117	御飯220G 魚のタルタル焼き スバゲティースラダ	ポタージュスープ ブロッコリー&トマト	1072	2819
12木	牛乳ロール ゆで卵 牛乳	オニオンスープ ポイルソーセージ	454	御飯220G 鶏肉のジャリアピンソース いんげんのごま和え	味噌汁(なす・油揚げ) レタス(ピーマン)	850	御飯220G ホイコーロー	わかめと野菜スープ 春雨サラダ	873	2177
13金	御飯220G ソースハンバーグ 牛乳	味噌汁(大根) 朝サラダ(ダイ・ニン)	746	御飯260G コーンサラダ 牛乳	カツカレー 漬物(福神・らっきょう)	1983	バック飯		865	2994
14土	パンセットD	700	御飯220G 豚肉味噌バター焼き 馬鈴薯ガーリック炒め	キャベツとウィンナーのコンソメスープ 生野菜 ショア	1106	御飯220G 魚の甘酢あんかけ	味噌汁(ごぼう・厚揚げ) マカロニサラダ	1010	2816	
15日	パンセットE	700	牛バラ丼 白菜の甘酢あえ	清汁(椎茸・かまぼこ) 牛乳	1202	御飯220G チキン照焼 長芋と胡瓜和え	味噌汁(南瓜・油揚げ) キャベツ(人参)	936	2838	
16月	御飯220G 生玉子 牛乳	味噌汁(あさり) 納豆 味付けのり	747	御飯220G デミチーズハンバーグ コーヒゼリー	コンソープ ポテトフライ 大根サラダ	1156	御飯220G ほっけ開き 豚肉とごぼうのきんぴら	カニカマ卵スープ キャベツ(ミックス野菜)	779	2682
17火	御飯220G いわしの梅煮 牛乳	味噌汁(若・玉) ほうれん草のごま和	603	御飯220G 県産豚の手作りとんかつ	味噌汁(馬鈴薯) キャベツ(レタス)	1036	御飯220G チキン香草焼き ピーマン炒め	きのこコンソメ キャベツ(紫キャベツ)	906	2545
18水	御飯220G チキンナゲット 牛乳	味噌汁(人参・卵) 朝サラダ(水菜・タマネギ・コーン)	787	沖縄風シューシー 豆腐チャンプルー	宮古そば	1079	御飯220G 魚のマヨマヨスタート焼き オクラのごま和え	味噌汁(白菜・豚肉) レタス(カイワレ)	620	2482
19木	御飯220G ベーコンエッグ 牛乳	味噌汁(青梗菜・油揚げ) レタス(ピーマン)	720	雑穀御飯 かじき照り焼き クレープ	赤だし(小松菜・えのき) ひじきの炒め煮	930	折り詰め弁当B		2590	
20金	パンセットF	700	御飯260G コールスローサラダ 牛乳	ポークカレー 漬物(福神・らっきょう)	1280	御飯220G 子キンのパジル焼き ポテトサラダ	味噌汁(なめこ・玉葱) ホウレン草ソテー	932	2912	
21土	パンセットG	700	豚キムチ丼 しめじと小松菜和え	清汁(ワカメ・麩)	928	御飯220G 鮭の塩焼 里芋そぼろ煮	味噌汁(豆腐・ワカメ) 大根おろし(大葉)	904	2532	
22日	パンセットI	700	御飯220G フライ盛りあわせ 人参としらたきの炒り煮	味噌汁(あさり) キャベツ(レタス) ソファール	913	御飯220G 八宝菜	中華スープ 伴三絲	832	2445	
23月	御飯220G 生玉子 さけフレーク 牛乳	味噌汁(しめじ・厚揚げ) 納豆 牛乳	726	御飯220G ポークチャップ ジャーマンポテト	ポタージュスープ レタス(キュウリ)	1107	御飯220G ペッパー照焼ハンバーグ ささみの中華風サラダ	清汁(椎茸・かまぼこ) キャベツ(人参)	874	2707
24火	御飯220G 朝サラダ(ダイ・ニン)	朝カレー 牛乳	649	海鮮丼 南瓜そぼろ煮	赤だし(なめこ・大根) ボンデQドーナツ	1389	御飯220G 肉豆腐	清汁(渦巻き麩) ホウレン草のピーナッツ和え	651	2689
25水	御飯220G ミートボール(ナポリタン) 牛乳	味噌汁(大根・油揚げ) 朝サラダ(キャ・紫タマ)	671	パン食 ミートスバゲティ	オニオンスープ かに野菜サラダ	963	御飯220G メンチカツ 小松菜とツナの煮浸し	味噌汁(コマツナ・麩) キャベツ(人参)	819	2453
26木	御飯220G ポーク卵 牛乳	味噌汁(なす・油揚げ) レタス(海藻サラダ)	767	御飯220G 宮古みそ空上 胡瓜ときくらげのナムル	味噌汁(里芋・えのき) キャベツ(レタス)	1218	御飯220G 豚と大根の煮物	味噌汁(牛蒡・人参) ひじきとささ身のマヨ和え	1195	3120
27金	御飯220G さば味噌煮 牛乳	味噌汁(筍) 浅漬(ハクサイ)	635	御飯260G ブロッコリーサラダ	牛タンシチュー	1241	バック飯		2741	
28土	パンセットJ	700	鶏そぼろ丼 ごぼうと人参のサラダ	味噌汁(えのき・しめじ) ショア	1086	御飯220G タージーパイ 卵の花炒め	味噌汁(若・玉) キャベツ(人参)	1047	2833	
29日	パンセットK	700	御飯220G 白身フライ 里芋そぼろ煮	清汁(ワカメ・麩) キャベツ(紫タマネギ)	866	御飯220G 鶏肉のジャリアピンソース 大根のオイマヨサラダ	コンソープ レタス(海藻サラダ) 牛乳	970	2536	
30月	御飯220G ポイルソーセージ 牛乳	味噌汁(ジャガ・玉) 朝サラダ(水菜・タマネギ・コーン)	756	うな丼 オクラとトマトの和物	豚汁(大根)	1324	御飯220G 豚肉生姜焼き ほうれん草のごま和	味噌汁(人参・卵) キャベツ(レタスミックス)	1005	3085
31火	御飯220G ミートボール(照焼) 牛乳	味噌汁(牛蒡・人参) キャベツ(キュウリ)	702	御飯220G 旨新麻婆フライ&グラタンフライ 茄子の煮浸し	味噌汁(筍)	783	御飯220G さわらソテートマトソースかけ スバゲティースラダ	キャベツとウィンナーのコンソメスープ レタス(ピーマン)	2465	980

●新献立

5(木)昼 韓国ポキ丼

マクロ・アボカド・コショウの甘辛コクうま味

12(木)昼 チキンのガーリックバターソース

チキンの旨味をガーリックバターソースがシンプルに引き立てます

17(火)昼 県産豚の手作りとんかつ

県産豚のロースとんかつに、大分県のこだわり醤油としモンをかけて

●新献立

27(木)昼 牛タンシチュー

厚切り牛タンを赤ワインでじっくり煮込んだ濃厚贅沢シチュー

●リクエスト献立

3(火)昼 生リブロースステーキ

おまかせの生リブロースステーキ！1枚1枚手焼きします！

30(月)昼 うな丼

給養こだわりの手間暇かかる絶品うな丼のタレ