

# 2021 年 3 月 メニュー



ご飯 みそ汁  
厚揚げと野菜の煮物  
ニラ玉  
水菜ともやしお浸し  
水まんじゅう 683kcal



ご飯 みそ汁  
かじきのパン粉焼き  
春雨サラダ  
ほうれん草のお浸し  
ゼリー 706kcal



ひな祭り  
チキンライス  
レタススープ  
海老フライ・クリームコロッケ  
ひなあられ 652kcal



ご飯 豚汁  
さわらの西京焼き  
高野豆腐の卵とじ  
ほうれん草の磯和え  
メロン 704kcal



ご飯  
ワンタンスープ  
豚肉とメンマの野菜炒め  
里芋和風サラダ  
ヤクルト 687kcal

