



月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
ご飯 牛肉入りコロッケ 緑野菜のペペロンチーノ 味噌汁 509kcal	ちらし寿司 豆腐ローフ 菜の花の辛子和え お吸い物 510kcal	ご飯 タラの塩麴焼き オクラと湯葉のおかか和え 味噌汁 400kcal	ご飯 カレイの煮付け 若竹煮 味噌汁 400kcal	ご飯 メンチカツ 野菜のトマト煮 オニオンコンソメスープ 536kcal	ご飯 デミソースハンバーグ ほうれん草のお浸し 味噌汁 492kcal
ナポリタンスパゲティ	あんかけうどん(温)	牛ごぼう丼	ミートソーススパゲティ	揚げ玉豆腐丼	たぬきそば(温)
9	10	11	12	13	14
ご飯 鶏肉と根菜の黒酢あんかけ 焼きピーマン 中華スープ 535kcal	ご飯 サバの照り焼き オクラと湯葉のおかか和え 味噌汁 445kcal	五目ご飯 信田煮 キャベツの酢の物 味噌汁 435kcal	ご飯 鶏肉のオニオンソース 肉じゃが 味噌汁 409kcal	ご飯 メヌケ(お魚)のみりん焼き 小松菜のお浸し 味噌汁 400kcal	ご飯 アジの西京焼き 鶏肉のすき煮 お吸い物 431kcal
麻婆茄子丼	焼きうどん	きのこそば(温)	麻婆豆腐丼	焼きそば	豚角煮チャーハン

ミライブプロジェクト新瑞橋 令和8年3月 献立表(後半)

月	火	水	木	金	土
16	17	18	19	20	21
ご飯 タラの塩麴焼き 炒り豆腐 味噌汁 400kcal	ご飯 チキンと彩り野菜のクリーム煮 ポテトサラダ 味噌汁 513kcal	ご飯 牛の旨煮 ほうれん草のお浸し 中華スープ 516kcal	ちらし寿司 炭火焼き鳥 揚げナスとインゲン味噌和え お吸い物 428kcal	ご飯 イワシのしょうが煮 筑前煮 味噌汁 415kcal	ご飯 スケソウダラの揚げ煮 モロヘイヤのお浸し 味噌汁 459kcal
かけそば(温)	天津飯	焼きうどん	たぬきそば(温)	カレーライス	和風スパゲティ
23	24	25	26	27	28
五目ご飯 豆腐ローフ 若竹煮 お吸い物 419kcal	ご飯 サワラ野菜入り煮付け 鶏肉のすき煮 味噌汁 445kcal	ご飯 赤魚の西京焼き 切干大根の煮付け お吸い物 400kcal	ご飯 お魚色々 惣菜 味噌汁 450kcal	ご飯 おろしポン酢ハンバーグ 野菜炒め 味噌汁 559kcal	ご飯 白身魚の西京焼き 肉じゃが 味噌汁 400kcal
きつねうどん(温)	ナポリタンスパゲティ	麻婆豆腐丼	親子丼	湯葉あんかけうどん(温)	カレーうどん(温)
30	31	＊選択メニューには副菜等も含まれます。 ＊選択メニューにご飯・汁物が付いていない場合、ご希望する方は付けることができます。 ＊メニューは変更となる場合があります。 			
ご飯 ブリの甘酢あんかけ 彩り野菜と昆布の和え物 味噌汁 463kcal	ご飯 豚の角煮 キャベツのマヨサラダ 中華スープ 512kcal				
すき焼き風丼	きのおくらそば(温)				