

3月ごはんだけて表

日		火		水		木		金		土			
							麻婆豆腐 1 ちくわと玉子豆腐の佃煮 白滝の油揚げの炒め いわしコロッケ		春雨の玉炒め 2 明太塩レモンポテトサラダ 玉ねぎの唐揚げ ビーフメンカツ		ササミフライ 3 江戸中華炒め 里芋のクリーム煮 ミニおぼろ		
特		特		特		特	豚ロースお好み焼	特	梅と赤しおの唐揚げ	特	かに玉		
5	イカマヨ磯辺揚げ (ほうれん草とわかめ) ひじき五目煮 鮮豚	6	鶏のトマトクリーム ソース 大根サラダ 野菜炒め かぼちやの煮物	7	肉豆腐 かまぼこやしのめし物 青菜と魚肉ソーシンの炒め 揚げ玉豆腐	8	糸内豆 大根のスーパ煮 越前玉子巻	9	かま揚げ卵と 蒸し鶏と春雨の 梅と鶏風	10	ふすとワケメの煮物 江戸塩焼		フジシタのフライ ゴボウと水菜のサラダ キャベツと玉子の揚げ物 じか子と枝豆の塩炒め
特	もち甲着	特	江戸の味噌炒め	特	揚げ出し里芋	特	鶏のソテーソース	特	かに風味シママイ	特	エビチリ豆腐		
12	のり塩干しカツ マヨニセ豆腐のサラダ 舞茸と豆腐のあんかけ (ほうれん草の牛あん)	13	肉じゃが オリ細煮 トマトと豚肉の卵炒め 梅と玉子のコロッケ	14	若鶏竜田! おろしあんかけ 菜の花とちくわの揚げ物 おろし煮物 春雨のかま玉風	15	白米とわかめの炒め 切り大根煮 エビフライ	16	ハンバーグ和風お好み ソース あんかけ焼そば 大根と梅と豆腐の炒め 水菜とぶなの卵とじ		炊き込み御飯 あんかけ焼そば 大根と梅と豆腐の炒め 水菜とぶなの卵とじ	17	キャベツメンテ 芽かぶ 鶏のコンソテー お好み焼
特	カハオ風炒め	特	揚げ出しジャージャー豆腐	特	あじの細煮	特	わかめの唐揚げ	特	お好み焼	特	いか団子ネギと味あえ		
19	バターチキンカレー コンクールスロ サラダ 小公衆と油揚げの おぼろ煮 卵炒め	20	マグロカツ 糸内豆 ジャーマンポテト 豚肉の生姜焼き	21	春分の日		わかめの唐揚げ 麻婆春雨 キャベツとのりのネギ塩 鶏肉と大根の和川田 金兼倉ハムカツ	22	炊き込み御飯 スィーツカツ ポックリーの白あん ゴボウの青のりまみり 生揚げとせしの佃煮	23	お好み焼 スィーツカツ ポックリーの白あん ゴボウの青のりまみり 生揚げとせしの佃煮	24	とりにら炒め いかフライ トマトペンネ 豆腐とチンジャンの おぼろ煮
特	回鍋肉	特	ミートボール	特		特	揚げ豚のソース	特	チーズオムレツ	特	里芋のりころがし		
26	魚肉ソーシカツ 生野菜 昆布の煮物 チンジャオロース	27	筑前煮 オリ細煮 玉ねぎと豚肉の 黒しお炒め 鶏の唐揚げ	28	炊き込み御飯 カレーうどん キャベツの卵炒め 汁にやくとわかめ おぼろ	29	天ぷら甘じゆん とりとせしの ネギしおあん ひじき炒め (じか子と玉子の炒め)	30	あんかけオムレツ あじフライ スパゲティサラダ 大根五目煮 牛肉のスイートソース炒め	30	あじフライ スパゲティサラダ 大根五目煮 牛肉のスイートソース炒め	31	五目ハ宝菜 オクラとじゃがいも ピーズと春雨の炒め 糸州梅と塩昆布のコロッケ
特	金床板揚げ豆腐	特	にしん照焼	特	銀あん(にんじんと) おぼろ	特	玉子塩焼	特	あんかけオムレツ	特	グラタン		

★土曜日はおぼろ当は
ありません

★材料仕入れの都合により、献立内容を一部変更することがあります。

★弁当箱を灰皿代わりにご使用いただけます。

日 月 ちくわ、わかめ、天ぷら等
火 うどん、のり、とろろ、天ぷら等
水 ちくわ、わかめ、天ぷら等
木 うどん、わかめ、天ぷら等
金 ちくわ、魚、とろろ、天ぷら等

和光給食センター
TEL 048-473-0121