３　月　献　立　表

あかりをつけましょ　ぼんぼりに

春の風物詩のひとつでもある『桃の節句』。
ひなまつりを祝うお料理をご提供いたします。
春分の日には、春の食材を使った天ぷらをご提供いたします。
３月は段々と暖かくなってまいります。春の訪れを旬の食材とともにお楽しみください。

					3月1日(金)	3月2日(土)	3月3日(日)
朝食					御飯 ソーセージ炒め おくらの生姜和え のり佃煮 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ちくわと野菜の煮物 納豆 胡瓜の和え物 味噌汁 牛乳	御飯 野菜入り炒り卵 千切り野菜サラダ 漬物 味噌汁 牛乳
昼食					開設記念 祝	御飯 鶏肉と野菜のうま煮 五目金平 モロヘイヤのお浸し すまし汁	彩ちらし寿司 さつま揚げと野菜の煮物 トマトとわかめの和え物 すまし汁 抹茶ババロア
おやつ					牛乳まんじゅう	プチシュー	桜餅
夕食					御飯 つくね焼き ひじきの煮物 しらすおろし 味噌汁	菜めし からすかれいの葱蒸し ブロッコリーの炒め物 春菊の白和え 味噌汁	御飯 さわらのみりん漬け焼き しろ菜の煮浸し 長芋の梅肉がけ 味噌汁
1日計					ｴﾈﾙｷﾞｰ:1402kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:52.6g 脂質 :29.8g 食塩相:5.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1401kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:59.8g 脂質 :30.8g 食塩相:8.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1458kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:59.9g 脂質 :28.8g 食塩相:8.0g

1.写真はイメージです。実物と違う場合がございますのでご了承ください。2.献立は都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

サニーステージ野比弐番館

３　月　献　立　表

2024年3月4日～3月10日

	3月4日(月)	3月5日(火)	3月6日(水)	3月7日(木)	3月8日(金)	3月9日(土)	3月10日(日)
朝食	御飯 野菜のツナ炒め かぶのからし和え のり佃煮 味噌汁 ヨーグルト	パン ソーセージステーキ ／温野菜サラダ コンソメスープ フルーツ 牛乳	麦ごはん 白身魚のふんわり煮物 とろろ スナップえんどうのサラダ 味噌汁 ヨーグルト	パン ボイルウインナー /野菜のソテー コンソメスープ フルーツ 牛乳	御飯 ベーコンと野菜の炒め物 アボカドのサラダ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 ハムエッグ 三色和え のり佃煮 味噌汁 牛乳	御飯 えび真丈の含め煮 アスパラのサラダ たいみそ 味噌汁 牛乳
昼食	バターライス ささみロールカツ ポテトサラダ ピーチムース コンソメスープ	温玉そば 花真丈と菜の花の 炊き合わせ 長芋の酢の物 フルーツ	御飯 さばの薬味醤油 里芋のずんだがけ キャベツの塩昆布和え 味噌汁	**【駅弁】** 鯛めし ピーマンの炒め物 なめ茸和え すまし汁 いちごゼリー	オムライス ハヤシソース じゃが芋のチーズ焼き きのこのサラダ コンソメスープ	**からだ元気【脳活性化】** 玄米御飯 いわしのハンバーグ 小松菜のオリーブオイル炒め バナナはちみつヨーグルト 味噌汁	御飯 麻婆豆腐 ぎょうざ もやしと人参の ザーサイ和え 中華スープ
おやつ	どら焼き	ショコラスペシャル	エクレア	ロールケーキ（バニラ）	バウムクーヘン(チョコ)	クリームブッセ	もみじまんじゅう
夕食	御飯 ぶりの照り焼き ぜんまいの炒め煮 うの花 味噌汁	炊き込み御飯 ほっけのしそ香り焼き 筍の土佐煮 たたき胡瓜 赤だし	御飯 豚肉のごま漬け焼き いかと野菜の煮物 ほうれん草と しめじの和え物 すまし汁	御飯 鶏肉の塩レモンだれ 春雨の炒め物 白菜のしそ和え 味噌汁	御飯 柚子香る めばるの野菜蒸し 切り昆布の煮物 おくらのからし和え 味噌汁	御飯 鶏肉と さつま芋の黒酢炒め なすの田舎煮 長芋の梅だれ すまし汁	御飯 白身魚のもろみ味噌焼き 南瓜の甘煮 しろ菜と ほたて風味の和え物 すまし汁
1日計	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1638kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:53.7g 脂質 :46.2g 食塩相:8.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1518kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:63.6g 脂質 :37.7g 食塩相:9.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1675kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:61.6g 脂質 :55.1g 食塩相:8.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1558kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:56.6g 脂質 :48.5g 食塩相:9.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1438kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:46.7g 脂質 :38.6g 食塩相:8.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1623kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:55.7g 脂質 :46.7g 食塩相:8.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1459kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:57.9g 脂質 :30.7g 食塩相:8.1g

1.写真はイメージです。実物と違う場合がございますのでご了承ください。2.献立は都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

サニーステージ野比弐番館

３　月　献　立　表　　2024年3月11日～3月17日

	3月11日(月)	3月12日(火)	3月13日(水)	3月14日(木)	3月15日(金)	3月16日(土)	3月17日(日)
朝食	御飯 ソーセージソテー マカロニサラダ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	パン ミートボール ／ツナと野菜のソテー コンソメスープ フルーツ 牛乳	御飯 野菜入り炒り卵 アボカドのサラダ のり佃煮 味噌汁 ヨーグルト	パン 野菜ソテー /ハッシュドポテト コーンクリームスープ フルーツ 牛乳	御飯 ちくわと野菜の煮物 ちんげん菜のからし和え ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 目玉焼き 納豆 カリフラワーのサラダ 味噌汁 牛乳	御飯 海老と野菜の炒め物 南瓜サラダ たいみそ 味噌汁 牛乳
昼食	パン クリームシチュー ほうれん草のソテー ブロッコリーサラダ マスカットゼリー	きつねうどん ピーマンと ちくわの炒め物 白菜の塩昆布和え フルーツヨーグルト	御飯 チキン南蛮 ふきの土佐煮 たたき胡瓜 味噌汁	御飯 あぶらがれいの 香味だれ かぶのふろふき アスパラの胡桃和え すまし汁	**ご当地【山口県】** 岩国寿司 けんちょう わかめとあさりのぬた すまし汁 りんごムース	御飯 赤魚の煮付け ピーマンの炒め物 なめ茸おろし 味噌汁	パセリライス ポークビーンズ じゃが芋のグラタン フレンチサラダ コンソメスープ
おやつ	おにぎり煎餅	バナナケーキ	コーヒー牛乳プリン	バウムクーヘン(チーズ)	抹茶蒸しパン	フルーツパウンドケーキ	メープルパンケーキ
夕食	御飯 太刀魚のわさび醤油 冬瓜のかにかまあん もずく酢 味噌汁	御飯 厚揚げと 海老の旨塩がらめ ひじきの煮物 高菜漬け 味噌汁	御飯 さわらの はちみつ照り焼き 茄子のオランダ煮 しろ菜の柚子和え すまし汁	御飯 牛肉と野菜のオイスター炒め ブロッコリーの ほたて風味あん 中華くらげの和え物 中華スープ	御飯 あじの塩麹焼き じゃが芋の煮っころがし おくらの生姜和え 味噌汁	御飯 鶏肉の柚子こしょう焼き なすの含め煮 トマトの わさび醤油和え すまし汁	菜めし ほっけの山椒焼き さつま揚げと野菜の煮物 長芋の塩昆布和え 味噌汁
1日計	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1675kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:56.1g 脂質 :57.4g 食塩相:8.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1420kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:52.9g 脂質 :38.8g 食塩相:9.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1632kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:62.6g 脂質 :58.2g 食塩相:8.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1518kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:56.9g 脂質 :44.9g 食塩相:9.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1351kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:49.7g 脂質 :16.9g 食塩相:8.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1468kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:65.0g 脂質 :42.1g 食塩相:7.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1609kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:60.6g 脂質 :45.8g 食塩相:9.3g

1.写真はイメージです。実物と違う場合がございますのでご了承ください。2.献立は都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

サニーステージ野比弐番館

３　月　献　立　表　　2024年3月18日～3月24日

	3月18日(月)	3月19日(火)	3月20日(水)	3月21日(木)	3月22日(金)	3月23日(土)	3月24日(日)
朝食	御飯 ふんわりしんじょうの煮物 かにかまサラダ ふりかけ 味噌汁 ヨーグルト	パン ボイルウインナー ／キッシュ風 コンソメスープ フルーツ 牛乳	御飯 ツナと野菜の炒め物 カリフラワーの和え物 のり佃煮 味噌汁 ヨーグルト	パン スクランブルエッグ ／ソーセージステーキ カレー風味のスープ フルーツ 牛乳	御飯 鯛つみれの 和風あんかけ ふりかけ スパゲティサラダ 味噌汁、ヨーグルト	麦ごはん ソーセージと野菜のソテー いんげんの和え物 とろろ 味噌汁 牛乳	御飯 目玉焼き スナップえんどうの和え物 たいみそ 味噌汁 牛乳
昼食	御飯 さばの味噌煮 さつま芋の はちみつ照り焼き おくらのわさび和え すまし汁	ソース焼きそば 長芋のたらこ炒め もやしの塩ナムル 中華スープ マンゴープリン	**【春分の日】** 豆塩御飯 天ぷら盛り合わせ がんもの含め煮 フルーツ 味噌汁	御飯 めばるの三つ葉あん ぜんまいの炒め煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁	カレーライス 福神漬け グリーンサラダ コンソメスープ いちごムース	ひじき御飯 鶏肉の竜田揚げ 麹おろし 南瓜の甘煮 春菊の白和え 味噌汁	御飯 カレイの煮付け なすの甘辛炒め トマトの和え物 すまし汁
おやつ	**特別食（デザート）**	カステラ	抹茶ようかん	たい焼き	ワッフル	ミルククルーラードーナツ	きなこ蒸しパン
夕食	御飯 和風チキンローフ ピーマンと 厚揚げの炒め物 浅漬け 味噌汁	御飯 助宗たらの 味噌バターソース 姫こうやの炊き合わせ ごま豆腐 味噌汁	御飯 白身魚の梅だれ 冬瓜のさっぱり煮 菜の花のお浸し すまし汁	御飯 肉豆腐 じゃが芋と そら豆の炒め物 チンゲン菜の酢味噌がけ すまし汁	御飯 ぶり大根 ごぼうのゆず胡椒炒め 春雨とわかめの和え物 味噌汁	御飯 あじのみりん漬け焼き 五目野菜の味噌金平 京五色漬け すまし汁	御飯 肉団子の甘酢あんかけ 焼売 蒸し鶏のサラダ 中華スープ
1日計	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1952kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:60.7g 脂質 :53.2g 食塩相:7.8g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1601kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:59.5g 脂質 :55.2g 食塩相:10.6g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1329kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:54.4g 脂質 :25.5g 食塩相:8.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1535kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:63.7g 脂質 :37.5g 食塩相:8.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1589kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:43.5g 脂質 :41.9g 食塩相:10.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1591kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:61.3g 脂質 :43.7g 食塩相:9.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1497kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:57.1g 脂質 :34.6g 食塩相:8.7g

1.写真はイメージです。実物と違う場合がございますのでご了承ください。2.献立は都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

サニーステージ野比弐番館

３　月　献　立　表

2024年3月25日～3月31日

	3月25日(月)	3月26日(火)	3月27日(水)	3月28日(木)	3月29日(金)	3月30日(土)	3月31日(日)
朝食	御飯 ひじき入りすり身と 　野菜の煮物 マカロニサラダ 漬物 味噌汁、ヨーグルト	パン 魚肉ｿｰｾｰｼﾞのソテー 　／温野菜サラダ コンソメスープ フルーツ 牛乳	御飯 さつま揚げの煮物 かにかまサラダ のり佃煮 味噌汁 ヨーグルト	パン オムレツ 　/温野菜サラダ トマトスープ フルーツ 牛乳	御飯 ツナと野菜の炒め物 ちんげん菜ののり浸し たいみそ 味噌汁 ヨーグルト	御飯 鯛つみれの 　和風あんかけ 納豆 かぶのサラダ 味噌汁、牛乳	御飯 野菜のベーコン炒め 千切り野菜のしそ風味和え ふりかけ 味噌汁 牛乳
昼食	御飯 かつおのたたき ～新玉ねぎを添えて～ じゃが芋の煮っころがし 白菜の煮浸し 味噌汁	山菜さくらうどん さつま芋のﾊﾞﾀｰソテー キャベツのゆかり和え フルーツ	特別食 	御飯 赤魚の酒蒸し 金平ごぼう 胡瓜のもろみ味噌がけ すまし汁	親子丼 里芋のずんだがけ うの花 すまし汁	【シェフアイディアメニュー】 中華風炊き込み御飯 白菜の重ね蒸し 　中華風クリーム仕立て 春雨サラダ、中華スープ マンゴープリン	御飯 鶏肉の甘酢煮 焼きビーフン おくらの生姜和え 味噌汁
おやつ	あんバタまん	ロールケーキ（チョコ）	ぽたぽた焼き(煎餅)	塩まんじゅう	バターケーキ	ドーナツ	アセロラゼリー
夕食	御飯 豚の角煮 豆腐とにらのチャンプルー もずく酢 すまし汁	御飯 鶏肉の柚子こしょう焼き 冬瓜の帆立風味あん 胡瓜のわさび和え 味噌汁	御飯 さわらの焼き南蛮漬け なめ茸和え 長芋のゆず和え 味噌汁	御飯 豚肉の生姜焼き 大豆の炒り煮 かぶの和え物 味噌汁	御飯 ほっけのごま風味焼き ぜんまいの炒め煮 大根の梅肉がけ 味噌汁	御飯 鮭の塩焼き 煮しめ 春菊のお浸し 味噌汁	御飯 白身魚の山椒味噌焼き 筍の土佐煮 長芋の二色和え すまし汁
1日計	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1666kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:59.7g 脂質 :55.7g 食塩相:8.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1358kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:43.8g 脂質 :31.2g 食塩相:8.3g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1458kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:65.0g 脂質 :16.7g 食塩相:5.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1469kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:58.2g 脂質 :38.7g 食塩相:7.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1420kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:56.9g 脂質 :33.7g 食塩相:8.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1660kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:68.7g 脂質 :46.4g 食塩相:9.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ:1339kcal ﾀﾝﾊﾟｸ:54.7g 脂質 :28.4g 食塩相:8.2g

1.写真はイメージです。実物と違う場合がございますのでご了承ください。2.献立は都合により変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

サニーステージ野比弐番館