

2025年03月 月間献立表（昼食）
（湯川デイ）

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						1日 赤飯 白身魚の柚子味噌焼き さつま芋の甘煮 春雨サラダ 吸物
2日 	3日 ごはん 赤魚の粕漬焼き がめ煮 菜の花の辛子ア 吸物 みかんゼリー	4日 ★ひなまつりメニュー 散らし寿司（エビ） クリームコロッケ キャベツのしらす和え 味噌汁 和菓子(女雛)	5日 ごはん アジフライ 高野豆腐含め煮 カウと姫竹の和え物 味噌汁 いちご	6日 チャンポン おにぎり 茄子の揚げ浸し 南瓜サラダ 青梅ゼリー	7日 ごはん 煮込みハンバーグ 人参シリシリ 青梗菜Pア(ツツジ) 吸物 洋梨缶	8日 ごはん 太刀魚の山椒焼き 茄子の金平風煮 ポテサラダ(卵) 吸物 パイン缶
9日 	10日 ごはん (野菜カレー) 漬物(福神漬) 大根サラダ コンソメスープ ヨーグルト	11日 ごはん 白身魚のマネズ 焼き 茄子のじゃこ煮 春雨サラダ 味噌汁 杏仁豆腐	12日 ごはん 牛丼 大根かあん 具沢山味噌汁 バナナ	13日 ごはん とんかつ 大豆チップ煮(鶏) 青梗菜アア 味噌汁 みかん缶	14日 エビピラフ クリームシチュー 海藻サラダ コーヒーゼリー	15日 ごはん 鱈の幽庵焼き 南瓜そぼろ煮 スパサラ 吸物 フルーツカクテル缶
16日 	17日 ごはん 鱈の焼き南蛮漬け ひじき煮 ピーナツ豆腐 かき卵汁 洋梨缶	18日 きつねうどん おにぎり 里芋ごま味噌か オクラのポン酢和え オレンジ	19日 ごはん 白身魚のチャンチャン焼き風 さつま芋昆布煮 胡瓜の酢の物 吸物 ブルーチェ	20日 ごはん (ハヤシライス) 大根サラダ コンソメスープ ヨーグルト	21日 ごはん コロッケ 人参シリシリ 小松菜白和え 中華スープ 水羊羹	22日 ごはん 八宝菜 金平れんこん さつま芋サラダ 吸物 みかん缶
23日 	24日 かき揚げそば いなり寿司 白菜とア煮 いちご	25日 ごはん (焼肉丼) ポテサラダ(卵) 味噌汁 バナナ	26日 ごはん 鯖の生姜煮 野菜しゅうまい 白菜のお浸し 味噌汁 黄桃缶	27日 ★パンメニュー バターロール 鶏肉のオーチーズ 焼き 南瓜サラダ クラムチャウダー ピーチゼリー	28日 ごはん 白身魚の柚子味噌焼き れんこん煮物 ブロッコリーサラダ(アマ) かき卵汁 みかん缶	29日 ごはん 牛サイコロステーキ 山菜と湯葉の煮物 人参のナムル 味噌汁 パイン缶
30日 	31日 ごはん 鶏肉の照り煮 焼きピーマン カウのごまア酢和え 味噌汁 洋梨缶	メモ 雛祭り 菱餅の色の意味 桃色/山梔子(くちなし)が解毒作用を持っていることから、魔除けの効果を願う 白/菱の実が血圧を下げる作用を持つことから、子孫繁栄と長寿を願う 緑色/蓬(よもぎ)の造血作用から、厄除けを願う 菱餅が現在と同じ菱形になったのは江戸時代初期といわれていますが、その際は白と緑色の2色でした。 明治時代に入り、山梔子の実を混ぜて作る桃色が加えられ、現代に伝わる3色となりました。				