

3月1日

スパゲティクリームソース	スパゲティ、食塩、油、バター、小麦粉、牛乳、こしょう、パイヨン、生クリーム、玉葱、人参しめじ、えび、鶏肉、オリーブオイル
ポイルウインナー	ウインナー（豚肉、豚脂肪、でん粉、食塩、砂糖、ホエイプロテイン、調味料、香辛料抽出物） ケチャップ
フライドポテト	じゃが芋、油、食塩、こしょう
コールスローサラダ	ロースハム（豚肉、食塩、砂糖、香辛料抽出物）、コーン、赤ピーマン、キャベツ コールスロードレッシング（食用植物油、醸造酢、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、食塩、レモン果汁 オニオンエキス、調味料(アミノ酸等)、増粘剤(キサンタンガム、加工でん粉)、卵黄、香料 香辛料抽出物）
フルーツ（みかん缶）	みかん缶

3月2日

ごはん（鮭ふりかけ）	米、鮭ふりかけ（調味顆粒(砂糖、食塩、乳糖、鮭パウダー)、ごま、フレーク(小麦粉、でん粉 食塩、砂糖、植物油)、海苔、調味料(アミノ酸等)、カロチノイド色素、紅麴色素、香料 酸化防止剤(ビタミンE)）
鶏肉の照焼き	鶏肉、生姜、醤油、酒、油、砂糖、みりん、でん粉
ブロッコリー	ブロッコリー、食塩
豚肉のトマト煮	にんにく、生姜、油、玉葱、豚肉、しめじ、赤ワイン、食塩、こしょう、トマト、トマトピューレ パイヨン、砂糖、パセリ
ほうれん草とマカロニのソテー	マカロニ、ほうれん草、人参、コーン、ロースハム（豚肉、食塩、砂糖、香辛料抽出物）、油、食塩 こしょう、パイヨン、醤油
フルーツ（パイン缶）	パイン缶

3月3日

ごはん	米
白身魚の香り揚げ	ホキ、食塩、カレー粉、酒、小麦粉、でん粉、油
千切り野菜炒め	豚肉、椎茸、もやし、人参、筍、ピーマン、生姜、油、食塩、こしょう、パイヨン、ごま油、砂糖 醤油、でん粉
小松菜のお浸し	小松菜、油揚げ、砂糖、醤油、和風だし
フルーツ（黄桃缶）	黄桃缶

3月6日

ごはん	米
焼肉	豚肉、生姜、にんにく、玉葱、砂糖、醤油、酒、ごま油、油
もやしソテー	もやし、赤ピーマン、ピーマン、油、食塩、こしょう、醤油
和風サラダ	ひじき、キャベツ、人参、胡瓜、和風ドレッシングごま醤油（醸造酢、醤油、ぶどう糖果糖液糖 食用植物油、食塩、米発酵調味料、ごま、調味料(アミノ酸等)、香辛料抽出物 増粘剤(キサンタンガム)）
にら玉	にら、卵、醤油、みりん、油、ごま油
フルーツ（みかん缶）	みかん缶

3月7日

ごはん	米
鶏肉の中華炒め	鶏肉、醤油、酒、生姜、でん粉、油、にんにく、長ネギ、ピーマン、筍、人参、椎茸、食塩 こしょう、砂糖、中華スープ、オイスターソース、ごま油
春雨サラダ	春雨、ロースハム（豚肉、食塩、砂糖、香辛料抽出物）、人参、胡瓜、砂糖、醤油、食塩、酢 ごま油
白菜のオイスター炒め	豚肉、白菜、しめじ、油、中華スープ、オイスターソース、酒、醤油、砂糖、ごま油
フルーツ（パイン缶）	パイン缶

3月8日

パンパン	パンパン（小麦粉、パン、マーガリン、砂糖、脱脂粉乳、食塩、ドライイーストイーストフード）
鶏肉のバーベキューソース	鶏肉、醤油、酒、生姜、アップルソース、長ネギ、にんにく、みりん、油
マカロニソテー	マカロニ、油、玉葱、食塩、こしょう
きのこ野菜のソテー	豚肉、しめじ、えのき、キャベツ、もやし、人参、油、食塩、こしょう、ブイヨン
スクランブルエッグ	ロースハム（豚肉、食塩、砂糖、香辛料抽出物）、卵、グリーンピース、油、食塩、こしょう
フルーツ（黄桃缶）	黄桃缶

3月9日

カレーライス	米、にんにく、生姜、油、豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、カレーフレーク（小麦粉、食用油脂(パーム油なたね油)、砂糖、でん粉、食塩、カレー粉、デキストリン、さつま芋パウダー酵母エキスパウダー、白菜パウダー、香辛料、キャベツパウダー、オニオンパウダーカラメル色素）
とんかつ	とんかつ（豚肉、パン粉、でん粉、小麦粉、還元水飴、食塩、砂糖、小麦繊維、乳たん白粉末植物油、ポークエキス、香辛料、加工でん粉、調味料(有機酸等)、ポリリン酸Na増粘多糖類、酵素、(原材料の一部に大豆を含む)）、油
コーンサラダ	キャベツ、ロースハム（豚肉、食塩、砂糖、香辛料抽出物）、人参、コーン、胡瓜 フレンチドレッシング（醸造酢、レモン果汁、食塩、セルロース、乾燥たまねぎ増粘剤（キサンタンガム）、香辛料、調味料(アミノ酸等)、甘味料(スクラロース)）
フルーツ（りんご缶）	りんご缶

3月10日

ごはん（卵ふりかけ）	米、卵ふりかけ（調味顆粒(砂糖、食塩、麦芽糖、小麦粉、抹茶)、ごま、フレーク(小麦粉でん粉、食塩、砂糖、植物油)、たまごそぼろ、海苔、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素カロチノイド色素、ウコン色素、酸化防止剤(ビタミンE)、(原材料の一部に大豆を含む)）
鶏肉の唐揚げ	鶏肉、生姜、にんにく、醤油、酒、でん粉、油
温野菜サラダ	ブロッコリー、カリフラワー、人参、コーン、マヨネーズ
もやしとピーマンのソテー	もやし、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、ロースハム（豚肉、食塩、砂糖、香辛料抽出物）、油 食塩、こしょう、醤油
フルーツ（みかん缶）	みかん缶

3月13日

ごはん	米
タンドリーチキン	鶏肉、ヨーグルト、ケチャップ、カレー粉、砂糖、にんにく、生姜、食塩、こしょう、レモン汁 ナツメグ、油
フライドポテト	じゃが芋、油、食塩、こしょう
きのこパンネのトマトソース	パンネマカロニ、油、にんにく、ベーコン（豚肉、食塩、砂糖、香辛料）、玉葱、しめじ、えのき ケチャップ、トマト、ウスターソース、食塩、こしょう
卵と野菜のソテー	卵、もやし、人参、チンゲン菜、油、食塩、こしょう、醤油
フルーツ（りんご缶）	りんご缶

3月14日

ごはん	米
ハンバーグきのこソース	ハンバーグ（鶏肉、玉葱、豚脂、水溶性食物繊維、パン粉、豚肉、粒状植物性たん白粉末状植物性たん白、砂糖、食塩、香辛料、液状混合調味料、生姜ペースト、海藻ミネラル鉄含有パン酵母）、油、玉葱、マッシュルーム、しめじ、デミグラソース、ケチャップ トマトピューレ、ウスターソース、赤ワイン
ミニトマト	ミニトマト
ほうれん草と卵のソテー	キャベツ、ほうれん草、赤ピーマン、卵、油、食塩、こしょう、ブイヨン、醤油
ミックスベジタブル	コーン、枝豆、人参、玉葱、ウインナー（豚肉、鶏肉、粒状植物たん白、でん粉、食塩、水飴調味料、カゼインNa、砂糖、着色料、リン酸塩、酵母エキス、発色剤、酸化防止剤）、油

フルーツ（黄桃缶）
 ブイヨン、食塩、こしょう
 黄桃缶

3月16日

ごはん
 米
 酢豚
 豚肉、醤油、酒、生姜、でん粉、油、玉葱、人参、筍、ピーマン、椎茸、ケチャップ、砂糖、酢
 食塩
 春雨とえびのサラダ
 春雨、キャベツ、えび、スクランブルエッグ（卵、でん粉、植物油脂、還元水飴、醸造酢、食塩）
 胡瓜、砂糖、醤油、食塩、酢、ごま油
 中華風煮浸し
 チンゲン菜、もやし、えのき、人参、薄口しょうゆ、ごま油、白炒りごま
 フルーツ（パイン缶）
 パイン缶

3月17日

いちごパン
 いちごパン（小麦粉、イチゴシート、砂糖、マーガリン、脱脂粉乳、食塩、ドライイースト
 イーストフード）
 クリームシチュー
 鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、シチューミクス（小麦粉、植物油脂、デキストリン、砂糖粉乳混合品
 でん粉、食塩、砂糖、乳糖調整品、玉葱加工品、オニオンパウダー、チーズ、酵母エキス
 チキンブイヨン、野菜エキス、ポークエキス、醤油加工品、香辛料、調味油、バターミルクパウダー
 調味料（アミノ酸等）、香料、乳化剤、酸味料、酸化防止剤）、油、牛乳、砂糖、食塩、こしょう
 グリーンサラダ
 キャベツ、ブロッコリー、インゲン、胡瓜、フレンチドレッシング（醸造酢、レモン果汁、食塩
 セルロース、乾燥たまねぎ、増粘剤（キサンタンガム）、香辛料、調味料（アミノ酸等）
 甘味料（スクラロース）
 ウィンナートマトソテー
 ウィンナー（豚肉、鶏肉、粒状植物たん白、でん粉、食塩、水飴、調味料、カゼインNa、砂糖
 着色料、リン酸塩、酵母エキス、発色剤、酸化防止剤）、ピーマン、人参、玉葱、油、ケチャップ
 トマトピューレ、中濃ソース、食塩、こしょう
 フルーツ（りんご缶）
 りんご缶

3月21日

ごはん（鮭ふりかけ）
 米、鮭ふりかけ（調味顆粒（砂糖、食塩、乳糖、鮭パウダー）、ごま、フレーク（小麦粉、でん粉
 食塩、砂糖、植物油脂）、海苔、調味料（アミノ酸等）、カロチノイド色素、紅麴色素、香料
 酸化防止剤（ビタミンE）
 オムレツ
 オムレツ（鶏卵、油脂加工品（植物油脂、卵黄、食塩）、でん粉発酵調味料、食用卵殻粉、植物油脂
 香辛料、トレハロース、加工でん粉（原材料の一部に小麦、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチンを含む）
 油、ケチャップ
 ほうれん草ソテー
 ほうれん草、油、食塩、こしょう、ブイヨン、醤油
 白菜と鶏肉のクリーム煮
 鶏肉、玉葱、人参、白菜、油、ホワイトソース（牛乳、植物油脂、小麦粉、還元水飴、バターオイル
 食塩、チキンエキス、乳糖、クリームチーズ、デキストリン）、食塩、こしょう、牛乳、パセリ
 花野菜とツナのソテー
 ブロッコリー、カリフラワー、ツナ、コーン、油、食塩、こしょう
 フルーツ（みかん缶）
 みかん缶

3月22日

ごはん

米

マーボー茄子

なす、油、にんにく、生姜、長ネギ、玉葱、豚肉、人参、黄ピーマン、食塩、こしょう、砂糖
白みそ、醤油、オイスターソース、でん粉、ごま油、中華スープ

ビーフンのカレー炒め

ビーフン、豚肉、人参、キャベツ、もやし、ニラ、油、酒、食塩、こしょう、カレー粉
オイスターソース

シュウマイ

シュウマイ（玉葱、鶏肉、小麦粉、ゼラチン、卵白、ラード、粒状植物性たん白、魚肉すり身、砂糖
食塩、醤油、ぶどう糖、たん白加水分解物、香辛料、エキス(チキン、ポーク、魚介、野菜)
粉末状植物性たん白、調味料(アミノ酸等)、紅麴色素、(原材料の一部にえび、かに
魚介類を含む))

フルーツ（パイン缶）

パイン缶