

平成31年3月 予定メニュー表

片山学園 レストラン

平成31年3月

日	曜日	献立名	使用している食品					
			赤 体をつくるもの		緑 体の調子を整えるもの		黄 熱や力になるもの	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
1	金	テリマヨチキン ほうれん草炒め ジャーマンポテト ごはん コーンスープ	鶏肉 ベーコン	牛乳	ほうれん草 かいわれ大根 ミニトマト にんじん	コーン きゃべつ たまねぎ	ごはん じゃがいも	
4	月	豚肉生姜焼き フライドポテト きんぴられんこん ごはん 味噌汁	豚肉 さつまあげ 厚揚げ		水菜 にんじん	きゃべつ たまねぎ れんこん 白ネギ しょうが	ごはん じゃがいも	ごま
5	火	デミグラスハンバーグ ナポリタ 青菜のごま和え ごはん 味噌汁	ハンバーグ 薄揚げ ウィンナー		サニーレタス ミニトマト 小松菜 にんじん	きゃべつ たまねぎ 白ねぎ	ごはん スパゲティ 麩	ごま
6	水	鮭のマヨネーズ焼き 蓮根はさみ揚 げ 和風スパ ごはん 味噌汁	鮭 薄揚げ 豆腐	わかめ	にんじん 水菜 ミニトマト	たまねぎ しめじ しいたけ きゃべつ れんこん	ごはん スパゲティ	マヨネーズ マーガリン
7	木	とんかつ オニオンリング れんこんと厚揚げの甘辛炒め ごはん 味噌汁	とんかつ 薄揚げ		水菜 トマト きぬさや ほうれん草	きゃべつ たまねぎ れんこん	ごはん 麩	
8	金	油淋鶏 赤パプリカとちくわの炒め こんにやくと大豆の煮物 ごはん 味噌汁	鶏肉 ちくわ 大豆 豆腐		パプリカ かいわれ大根 にんじん 小松菜 ねぎ	きゃべつ 白ねぎ	ごはん こんにやく	
11	月	卵タルタルポークソテー スパ添え 大根ツナサラダ ごはん スープ	豚肉 たまご ツナ 豆腐	わかめ	にんじん	たまねぎ きゃべつ だいこん きゅうり	ごはん	
12	火	鶏唐揚げ ごぼうチップス 豆腐あんかけ ごはん 味噌汁	鶏肉 豆腐 かにかま	わかめ	サニーレタス にんじん ねぎ	きゃべつ レモン ごぼう	ごはん	
13	水	サーモンとチキンのピザ風焼き こんにやくとさつま揚げ炒め煮 ごはん 味噌汁 フルーツ	鮭 鶏肉 さつま揚げ 薄揚げ	チーズ	パプリカ いんげん にんじん ピーマン	たまねぎ きゃべつ フルーツ	ごはん こんにやく さといも	
14	木	チキンチリソース レンコンチップ 焼売 小松菜の中華和え ごはん 味噌汁 デザート	鶏肉 焼売	わかめ	小松菜 にんじん	きゃべつ コーン きくらげ レッドきゃべつ	ごはん はるさめ 麩 ケーキ	ごま
15	金	ハンバーグチーズカレー 唐揚げサラダ 大学いも	ハンバーグ 鶏肉	チーズ	にんじん サニーレタス かいわれ大根	たまねぎ きゃべつ	ごはん さつまいも	ごま

※主な食材料名は食品の栄養的な特徴（働き）により、6つの食品群に分けています。

今年度のレストランは、今月でおわりです。日に日に春めいて、新鮮な旬の食材もどんどん使って皆様に喜んでいただける食事を提供できる様にしたいと思っております。来年度もよろしくお願いたします。