

# サンガーデン府中

2025/03/01 ~ 2025/03/02

常食

## 月間献立一覧表

日付	朝食	昼食	夕食
3/1 土	レーズンドッグ スパゲティサラダ オレンジゼリー 牛乳	赤飯 蒸し鶏のおろしソース がんもの煮物 小松菜の生姜醤油和え じゃが芋の味噌汁 	鮭のにんにく醤油焼き ピーマンの炒め物 カリフラワーのドレ和え 
3/2 日	丸ロール 大根のポトフ ブドウゼリー 牛乳	厚揚げの煮物 ミニかぼちゃコロケ いんげんの和え物 かぶのスープ 	鶏肉の照り焼き ひじき煮 水菜ともやしの和え物 

\* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

# サンガーデン府中

2025/03/03 ~ 2025/03/09

常食

## 月間献立一覧表

日付	朝食	昼食	夕食
3/3 月	青菜雑炊 チャプチェ いちごゼリー 牛乳	ちらし寿司 ほうれん草の炒め煮 おつゆ麩のすまし汁 三色花ゼリー 	豚肉とキャベツの味噌炒め 卵の花 ブロッコリーのワサビマヨ和え 
3/4 火	レーズンドッグ ポテトサラダ オレンジゼリー 牛乳	筑前煮 出し巻き卵 小松菜の和え物 湯葉の味噌汁 	カレイのハーブ焼き マカロニソテー 人参の和え物 
3/5 水	赤かぶ粥 ごぼうの卵とし ブドウゼリー 牛乳	鯖の塩焼き かぼちゃのそぼろ煮 カリフラワーの和え物 素麺のすまし汁 	鶏肉の甘辛炒め 湯豆腐 オクラの和え物 
3/6 木	丸ロール 白菜のクリーム煮 いちごゼリー 牛乳	フライ盛り合わせ かぶのコンソメ煮 キャベツの和え物 玉葱のスープ ロールケーキ(いちご) 	豚肉の旨煮 小松菜の柚子胡椒炒め 切干大根の塩昆布和え 
3/7 金	わかめ粥 豆腐チャンプル オレンジゼリー 牛乳	鶏肉の野菜蒸し じゃが芋の煮っ転がし ブロッコリーと湯葉の和え物 おつゆ麩の味噌汁 	鰯の風味焼き えび風味シューマイ チンゲン菜のナムル 
3/8 土	レーズンドッグ ツナサラダ ブドウゼリー 牛乳	豚肉のバーベキューソース ごぼうの炒り煮 ヨーグルト しろ菜のスープ 	鶏肉の塩麩焼き カリフラワーの炒め物 小松菜のお浸し 
3/9 日	丸ロール キャベツの卵炒め いちごゼリー 牛乳	なめこそば 竹輪の磯部揚げ チンゲン菜の明太子和え 	茹で豚の薬味だれ さつま芋のバター醤油 かぶの和え物 

\* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

# サンガーデン府中

2025/03/10 ~ 2025/03/16

## 月間献立一覧表

常食

日付	朝食	昼食	夕食
3/10 月	赤かぶ粥 ピーマンの味噌炒め オレンジゼリー 牛乳	鯖のムニエル和風マスタートソース 大豆のトマト煮 りんご もやしのスープ	鶏じゃが 大根と豆苗の炒め物 ブロッコリーの和え物
3/11 火	レーズンドッグ ジャーマンポテト ブドウゼリー 牛乳	ハンバーグ照り焼きソース 炒めビーフン オクラの和え物 おつゆ麩の味噌汁	鮭の野菜あん 小松菜と湯葉の煮浸し カリフラワーの梅和え
3/12 水	卵雑炊 豆腐と大豆ミートの生姜煮 いちごゼリー 牛乳	ポークカレー キャベツのドレッシング和え ヨーグルト	鶏肉のもろみ風味焼き もやしの炒め物 いんげんの浅漬け風
3/13 木	丸ロール スパゲティサラダ オレンジゼリー 牛乳	鶏肉のスタミナ炒め 大根の土佐煮 人参の和え物 あげの味噌汁	ホキの竜田焼き 野菜の昆布茶炒め かぼちゃの和え物
3/14 金	梅粥 白菜とあげのごま和え ブドウゼリー 牛乳	鯖の焼き浸し カリフラワーのカニあんかけ 小松菜の辛子マヨ和え 花麩のすまし汁	豚肉の時雨煮 キャベツとじゃこの炒め物 玉子豆腐
3/15 土	レーズンドッグ スクランブルエッグ いちごゼリー 牛乳	桜エビと塩昆布ご飯 蒸し鶏と温野菜のごまだれ かぶの煮物 ブロッコリーのゆかり和え うずまき麩のすまし汁	麻婆豆腐(大豆) ミニロケ チンゲン菜の山椒風味和え
3/16 日	丸ロール ポトフ オレンジゼリー 牛乳	赤魚のガリタル焼き 切干大根の炒め煮 いんげんの和え物 素麺の味噌汁	鶏肉のクワ焼き 蓮根の金平 小松菜のドレ和え

\* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

藏セントラルキッチン

# サンガーデン府中

2025/03/17 ~ 2025/03/23

## 月間献立一覧表

常食

日付	朝食	昼食	夕食
3/17 月	青菜雑炊 かぼちゃのそぼろ煮 ブドウゼリー 牛乳	豚肉の塩麴炒め 豆腐の生姜煮 オクラのドレッシング和え カリフラワーのスープ 	鯔のバター醤油焼き しろ菜とソーセージのソテー さつま芋柚子風味 
3/18 火	レーズンドッグ 焼きビーフンカレー風味 いちごゼリー 牛乳	カレイの煮付け 野菜のおかか炒め ひじきと胡瓜の和え物 白菜のすまし汁 	豚カツ ほうれん草の煮びたし かぶの和え物 
3/19 水	赤かぶ粥 大根とツナの煮物 オレンジゼリー 牛乳	鶏肉の甘酢漬け じゃが芋の含め煮 小松菜の錦糸がけ 水菜の味噌汁 	鯖の磯焼き 炒り豆腐 ごぼうの和え物 
3/20 木	丸ロール ポテトサラダ ブドウゼリー 牛乳	鮭のムニエル かぼちゃのクリーム煮 カリフラワーの和え物 クルトンのスープ 	鶏肉の生姜風味ポトフ 水菜ともやしのごま和え ヨーグルト 
3/21 金	卵雑炊 豆腐の旨煮 いちごゼリー 牛乳	豚丼 キャベツの炒め物 ブロccoliの和え物 おつゆ麩のすまし汁 	ホキの利休焼き ずいきの炒め煮 オクラの梅マヨネーズ和え 
3/22 土	レーズンドッグ ジャーマンポテト オレンジゼリー 牛乳	鰯の酒蒸し れんこんのそぼろ炒め 小松菜のわさび和え もやしの味噌汁 	肉団子の中華煮 春巻き 人参の塩昆布和え 
3/23 日	丸ロール 白菜のクリーム煮 ブドウゼリー 牛乳	きざみうどん かぼちゃの甘みそがけ ほうれん草のおかか和え 	チキンの香草パン粉焼き ピーマンの柚子胡椒炒め 切干大根の和え物 

\* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

藏セントラルキッチン

# サンガーデン府中

2025/03/24 ~ 2025/03/30

常食

## 月間献立一覧表

日付	朝食	昼食	夕食
3/24 月	わかめ粥 しる菜の卵とじ いちごゼリー 牛乳	豚しゃぶ(温) 竹輪のゆかり炒め いんげんのお浸し うずまき麩の味噌汁	鮭のピーナッツ焼き じゃが芋のカレー煮 からし菜の和え物
3/25 火	レーズンドッグ スクランブルエッグ オレンジゼリー 牛乳	ちまき風混ぜご飯 春野菜と鶏肉の回鍋肉 かぶときざみ揚げのあんかけ ブロッコリーのサラダ わかめスープ ヨーグルト風ムース	カレイの塩焼き 小松菜とじゃこの炒め物 冷奴
3/26 水	青菜雑炊 オクラの麻婆炒め ブドウゼリー 牛乳	鯖のしょうゆ麹焼き もやしの炒め物 さつま芋のドレ和え おつゆ麩のすまし汁	ハンバーグオニオンソース カリフラワーのコンソメ煮 ほうれん草の和え物
3/27 木	丸ロール チンゲン菜のソテー いちごゼリー 牛乳	鶏の唐揚げ にんじんしりしり 小松菜の和え物 花麩の味噌汁	赤魚の山椒煮 五目豆 かぼちゃの和え物
3/28 金	梅粥 豆腐と白菜のそぼろ煮 オレンジゼリー 牛乳	鯖のレモン風味焼き ピーマンのたらこ炒め キャベツのドレッシング和え クルトンのスープ	鶏肉の旨煮 焼きメンチカツ いんげんの辛子和え
3/29 土	レーズンドッグ スパゲティサラダ ブドウゼリー 牛乳	豚肉と野菜の炒め物 ぜんまいの炒め煮 玉子豆腐 なめこのすまし汁	鱈の甘辛ごま焼き ブロッコリーの炒め物 蓮根の和え物
3/30 日	丸ロール 大根のポトフ いちごゼリー 牛乳	ハヤシライス 水菜と白菜の和え物 りんご	ホキの梅糍蒸し じゃが芋のそぼろ煮 菜の花の錦糸和え

\* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

藏セントラルキッチン

# サンガーデン府中

2025/3/31

常食

## 月間献立一覧表

日付	朝食	昼食	夕食
3/31 月	青菜雑炊 チャプチェ オレンジゼリー 牛乳	鶏肉のグリル 生姜ソース カリフラワーの炒め物 オクラのドレッシング和え おつゆ麩の味噌汁 	豚肉とからし菜の煮物 ピーマンの金平風 ヨーグルト 

\* 献立の内容は、食材入荷の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。