

サンガーデン府中

2026/03/01 ~ 2026/03/01

常食

月間献立一覧表

日付	朝食	昼食	夕食
3/1 日	丸ロール ポトフ ブドウゼリー 牛乳	赤飯 蒸し鶏の和風ソース いんげんと桜えびの炒め物 ほうれん草のお浸し おつゆ麩の赤だし	タラの煮付け 卵の花 水菜と白菜の和え物



* 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。

日付	朝食	昼食	夕食
3/2 月	赤かぶ粥 しろ菜の卵とじ いちごゼリー 牛乳	あじの磯焼き 冬瓜の煮物 チンゲン菜の和え物 花麩の味噌汁	豚肉と野菜の炒め物 カリフラワーの炒め物 フルーツカクテル缶
3/3 火	レーズンドッグ ツナサラダ ブドウゼリー 牛乳	ちらし寿司 ★井用ごはん かぼちゃの味噌マヨ焼き 菜の花の和え物 三色花ゼリー 湯葉の赤だし	鯖の竜田焼き風 金平ごぼう オクラの生姜和え
3/4 水	青菜雑炊 ほうれん草のソテー オレンジゼリー 牛乳	鶏肉の柚子胡椒焼き 白菜の炒め煮 玉子豆腐 じゃが芋の味噌汁	ハンバーグ照り焼きソース ピーマンとじゃこの炒め物 もやしとわかめのごま酢和え
3/5 木	丸ロール かぼちゃサラダ いちごゼリー 牛乳	チキンカレー ★井用ごはん コーンサラダ りんご	赤魚の梅香焼き チンゲン菜の香味炒め 白菜のドレッシング和え
3/6 金	わかめ粥 豆腐の卵とじ ブドウゼリー 牛乳	銀ひらすの西京焼き キャベツの炒め煮 ヨーグルト うずまき麩のすまし汁	肉団子と野菜の煮物 ホウレン草の柚子胡椒バター炒め 大根の塩昆布和え
3/7 土	レーズンドッグ ポテトサラダ オレンジゼリー 牛乳	鶏肉の塩麩焼き 焼きメンチカツ(1/2) 水菜ともやしのごま和え 大根葉の中華スープ	鮭のんにく醤油焼き ピーマンのソテー カリフラワーの錦糸和え
3/8 日	丸ロール 大根のポトフ いちごゼリー 牛乳	きつねそば 竹輪の磯部揚げ チンゲン菜の辛子マヨ和え	豚しゃぶ(温) 蓮根の金平 白菜のゆかり和え

* 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。

サンガーデン府中

2026/03/09 ~ 2026/03/15

月間献立一覧表

常食

日付	朝食	昼食	夕食
3/9 月	赤かぶ粥 焼きビーフン ブドウゼリー 牛乳	鯖の塩焼き ホウレン草とじゃこの炒め物 人参の酢の物 おつゆ麩の味噌汁	鶏肉の西京焼き かにのふわふわ天 いんげんの和え物
3/10 火	レーズンドッグ 野菜の味噌炒め オレンジゼリー 牛乳	豚丼 ★丼用ごはん ピーマンの甘辛炒め かぶの和え物 花麩のすまし汁	カレイの昆布茶焼き じゃが芋の含め煮 オクラの和え物
3/11 水	卵雑炊 豆腐の生姜煮 いちごゼリー 牛乳	鱈の焼き浸し かぼちゃの含め煮 ブロッコリーの和え物 湯葉の味噌汁	豚肉の生姜炒め かに風味シューマイ(2個) チンゲン菜のポン酢和え
3/12 木	丸ロール スパゲティサラダ ブドウゼリー 牛乳	鶏肉の粕漬け焼き 野菜ミニコロッケ キャベツの和風ナムル 玉葱のスープ	鯛の照り焼き ほうれん草の炒め煮 カリフラワーのドレ和え
3/13 金	梅粥 大根とツナの煮物 オレンジゼリー 牛乳	ハンバーグステーキソース 小松菜の炒め物 もやしと水菜のゆかり和え うずまき麩のすまし汁	銀ひらすの南部焼き 大豆のトマト煮 菜の花の錦糸和え
3/14 土	レーズンドッグ ジャーマンポテト いちごゼリー 牛乳	豆腐の中華煮 ブロッコリーのソテー フルーツカクテル缶 わかめの中華スープ	鶏肉の梅香焼き グリーンピースの卵とじ いんげんのマヨ和え
3/15 日	丸ロール ポトフ ブドウゼリー 牛乳	ひじきご飯 赤魚のバター醤油焼き チンゲン菜の煮浸し 人参サラダ かに風味の赤だし	豚肉とがんもの煮物 もやしの炒め物 ほうれん草の浅漬け風

* 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。

蔵セントラルキッチン

月間献立一覧表

サンガーデン府中
2026/03/16 ~ 2026/03/22

常食

日付	朝食	昼食	夕食
3/16 月	赤かぶ粥 しろ菜の卵とじ オレンジゼリー 牛乳	チキンの香草パン粉焼き ナポリタンスパゲティ 白菜のドレッシング和え クルトンのスープ 	鱈の山椒焼き 菜の花の炒め物 ヨーグルト 
3/17 火	レーズンドッグ ツナサラダ いちごゼリー 牛乳	ハヤシライス ★丼用ごはん ピーマンのおかか炒め りんご 	豚肉のネギ塩炒め じゃが芋の味噌マヨ焼き チンゲン菜の明太子和え 
3/18 水	青菜雑炊 ほうれん草のソテー ブドウゼリー 牛乳	カレイの梅香焼き 炒り豆腐 ブロッコリーのワサビ和え 白菜の中華スープ 	鶏肉の柚子胡椒炒め かぶの田楽 キャベツのドレッシング和え 
3/19 木	丸ロール 豆腐の卵とじ オレンジゼリー 牛乳	豚カツ 大根と豆苗の昆布茶炒め いんげんのさっぱり和え おつゆ麩の味噌汁 	鱈の利休焼き 小松菜とじゃこの炒め物 水菜ともやしの和え物 
3/20 金	わかめ粥 かぼちゃサラダ いちごゼリー 牛乳	鮭のにんにく醤油焼き じゃが芋の煮っ転がし 冬瓜のゆかり和え うずまき麩の赤だし 	肉団子の旨煮 チンゲン菜の煮浸し フルーツカクテル缶 
3/21 土	レーズンドッグ ポテトサラダ ブドウゼリー 牛乳	鶏肉のレモン風味焼き ごぼうのたらこ炒め オクラの和え物 もやしのすまし汁 	ホキの野菜あん 菜の花の炒め物 人参の和え物 
3/22 日	丸ロール 大根のポトフ オレンジゼリー 牛乳	焼きうどん風 出し巻き卵 ブロッコリーのナムル 	豚肉のバーベキューソース ひじき煮 ほうれん草の和え物 

* 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

2026/03/23 ~ 2026/03/29

常食

月間献立一覧表

日付	朝食	昼食	夕食
3/23 月	赤かぶ粥 野菜の味噌炒め いちごゼリー 牛乳	タラのガリタル焼き いんげんの炒め物 カリフラワーのドレ和え おつゆ麩の味噌汁	筑前煮 にんじんしりしり ヨーグルト
3/24 火	レーズンドッグ 焼きビーフン ブドウゼリー 牛乳	肉団子の中華煮 春巻き オクラのマヨ和え わかめの中華スープ	鯖の香味焼き ほうれん草の煮浸し かぼちゃの和え物
3/25 水	卵雑炊 豆腐の生姜煮 オレンジゼリー 牛乳	天むす風ご飯 鱈とキャベツのチャンチャン焼き 焼きクリームコロッケ 菜の花と筍の塩ナムル 水菜ときざみ揚げのすまし汁 ロールケーキ(キャラメルアームト)	鶏肉の五目炒め 和風マカロニソテー 白菜の甘酢和え
3/26 木	丸ロール スパゲティサラダ いちごゼリー 牛乳	鶏そぼろ丼 ★丼用ごはん 金平ごぼう いんげんの和え物 もやしの味噌汁	赤魚の梅糍蒸し 野菜の昆布茶炒め オクラのドレッシング和え
3/27 金	梅粥 大根とツナの煮物 ブドウゼリー 牛乳	カレーのハーブ焼き かぼちゃのコンソメ煮 玉子豆腐 わかめのスープ	鶏じゃが ブロッコリーの湯葉あんかけ 白菜のドレッシング和え
3/28 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	鶏の唐揚げ(3個) チンゲン菜の炒め物 ヨーグルト 花麩のすまし汁	鱈の焼き浸し 切干大根の炒め煮 蓮根のドレッシング和え
3/29 日	丸ロール ポトフ オレンジゼリー 牛乳	昆布うどん がんもの煮物 ほうれん草の和え物	豚肉と豆腐の旨煮 カリフラワーとソーセージの炒め物 ひじきと胡瓜の和え物

* 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。

蔵セントラルキッチン

サンガーデン府中

2026/03/30 ~ 2026/03/31

月間献立一覧表

常食

日付	朝食	昼食	夕食
3/30 月	赤かぶ粥 しろ菜の卵とじ いちごゼリー 牛乳	ハンバーグ和風ソース 小松菜の炒め物 フルーツカクテル缶 玉葱のスープ 	鱈の生姜ソース 冬瓜のカニあんかけ いんげんの和え物 
3/31 火	レーズンドッグ ツナサラダ ブドウゼリー 牛乳	鯖のカレー風味焼き ピーマンとじゃこの炒め物 カリフラワーの和風マヨネーズ和え じゃが芋の味噌汁 	鶏肉の甘酢漬け ミニかぼちゃコロケ 白菜の和え物 

* 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。