

		主菜	温かい副菜		冷たい副菜	
3月23日(月)	ブリのステーキ	ぶり，しょうが，純米料理酒，無添加国産醤油【大豆・小麦】，米粉，米ぬか油，ミニトマト	温野菜 塩麹バーニャ	ブロッコリー，じゃがいも，かぼちゃ，塩こうじ，オリーブオイル，にんにく	白菜の おかか和え	白菜，人参，かつお節，だし汁，無添加国産醤油【大豆・小麦】
3月24日(火)	国産豚の青椒肉絲	国産豚肉【豚肉】，無添加国産醤油【大豆・小麦】，純米料理酒，青ピーマン，赤ピーマン，黄ピーマン，米ぬか油，こしょう，塩，きび砂糖，片栗粉，水，ごま油【ごま】	かぼちゃの 甘辛焼き	かぼちゃ，片栗粉，ごま油【ごま】，無添加国産醤油【大豆・小麦】，国産本みりん，白ごま【ごま】	キャベツの ゆかり和え	キャベツ，人参，ゆかり，無添加国産醤油【大豆・小麦】
3月25日(水)						
3月26日(木)	国産鶏もも肉の照り焼き	国産鶏もも肉【鶏肉】，純米料理酒，無添加国産醤油【大豆・小麦】，片栗粉，米ぬか油，国産本みりん，きび砂糖，しょうが	じゃがいもの おかか炒め	じゃがいも，こんにゃく，米ぬか油，ねぎ，無添加国産醤油【大豆・小麦】，国産本みりん，純米料理酒，かつお節	青菜の なめこ和え	ほうれんそう，人参，なめこ，無添加国産醤油【大豆・小麦】，だし汁，焼きのり
3月27日(金)	サバの塩糍焼き	さば【さば】，塩こうじ	かぼちゃと さつまいもの 天ぷら	かぼちゃ，さつまいも，米粉，片栗粉，塩	ブロッコリー とカリフラ ワーのごま和 え	ブロッコリー，カリフラワー，白すりごま【ごま】，きび砂糖，無添加国産醤油【大豆・小麦】
3月28日(土)						
3月29日(日)						
3月30日(月)	国産鶏もも肉の甘辛チキン	国産鶏もも肉【鶏肉】，塩，こしょう，片栗粉，しょうが，きび砂糖，無添加国産醤油【大豆・小麦】，水，米ぬか油	こんにゃくと 厚揚げの照り 煮	厚揚げ【大豆】，大根，人参，国産板こんにゃく，無添加国産醤油【大豆・小麦】，純米料理酒，国産本みりん，だし汁，米ぬか油	青菜ともやし のごま和え	小松菜，緑豆もやし，白すりごま【ごま】，きび砂糖，無添加国産醤油【大豆・小麦】
3月31日(火)	あじの香り焼き	あじ，しょうが，ねぎ，味噌【大豆】，国産本みりん，ごま油【ごま】，無添加国産醤油【大豆・小麦】，きび砂糖	ラタトゥイユ	トマト缶(ホール)，なす，玉ねぎ，人参，にんにく，オリーブオイル，ケチャップ，無添加国産醤油【大豆・小麦】，塩	フライビーンズ	水煮大豆【大豆】，片栗粉，米ぬか油，きび砂糖，無添加国産醤油【大豆・小麦】