

| | | 4月 8日(水) kcal | 4月 9日(木) 792kcal | 4月 10日(金) 853kcal |
|---|---|--|--|---|
|  | | (始業式) | ごはん ①鯖の塩焼き ②切り干し大根のお浸し ③里いもの含め煮 ④パプリカのピーナッツ和え汁 豚汁 | ごはん ①ポークチャップ ②ブロッコリーのなめたけ和え ③かぼちゃの温サラダ ④きのこことウインナーのソテー汁 千切り野菜スープ |
| 4月 13日(月) 818kcal | 4月 14日(火) 807kcal | 4月 15日(水) 852kcal | 4月 16日(木) 844kcal | 4月 17日(金) 798kcal |
| ごはん ①豚肉と根菜の甘酢炒め ②青梗菜の中華和え ③三角春巻き ④こんにゃくとしめじのピリ辛汁 すまし汁(えのき・あおさ) | ビーフカレー(ごはん) 冷菜 イタリアンサラダ デザート 青りんごゼリー | ごはん ①鶏肉のおろしポン酢仕立て ②ツナマヨごぼう ③ミニ焼きそば ④白菜の塩昆布和え汁 卵スープ | ごはん ①豚肉の生姜焼き ②いかの天ぷら ③青菜のじゃこ和え ④金平ごぼう汁 みそ汁(なす・油揚げ) | ごはん ①さわらのごま味噌焼き ②大根の海苔和え ③五目炒り卵 ④枝豆コロケ汁 和風野菜スープ |
| 4月 20日(月) 869kcal | 4月 21日(火) 805kcal | 4月 22日(水) 873kcal | 4月 23日(木) 804kcal | 4月 24日(金) 829kcal |
| ごはん ①さわら南蛮 タルタルソース ②中華ごま和え ③高野豆腐の卵とじ ④いかしゅうまい汁 青梗菜とかにかまのスー | ごはん ①鶏の照り焼き ②ミニ野菜コロケ ③白菜の生姜和え ④きのこのおかかしょうゆ煮汁 みそ汁(じゃがいも・玉 | ごはん ①鯖の醤油煮 ②ささみフライ ③キャベツの和風マヨ和え ④かぼちゃの豆腐寄せ汁 千切り野菜スープ | ごはん ①味噌カツ ②青菜のさっぱり和え ③きのこの卵とじ ④金時豆汁 すまし汁(豆腐・油揚げ) | ごはん ①八宝菜 ②しゅうまい ③野菜のナムル ④大根の中華和え汁 中華風オニオンスープ |
| 4月 27日(月) | 4月 28日(火) 807kcal | 4月 29日(水) kcal | 4月 30日(木) 811kcal | |
| (代休) | ごはん ①肉じゃが ②青菜のなめたけ和え ③きのこことベーコンのじゃこバター ④ホタテ風味フライ汁 みそ汁(キャベツ・油揚げ) | (昭和の日) | ごはん ①白身魚のチーズ焼き ②千草和え ③アンサンブルエッグ ④里芋のえび包み揚げ汁 豚汁 |  |

