

# 4月分 予定献立表

日	曜	主食	献立名
1	月	ごはん	揚げ餃子 ささみときゅうりのごま酢和え ニラと卵のソテー こぶ佃煮 みそ汁
2	火	ごはん	うの花炒煮 豚肉と大根煮物 ウィンナーケチャップ和え ほうれん草お浸し(くりぐみ)ピーナッツ和え みそ汁
3	水	ごはん	ミートローフ スキーカーニバルのソテー れんこんサラダ みそ汁
4	木	めん	五目うどん 南瓜そぼろ煮
5	金	ごはん	メンチカツ ボイルキャベツ ツナサラダ のり佃煮 みそ汁
6	土	パン	さつま汁 フルーツミックス
8	月	ごはん	さわらの煮付け ひじきと鶏肉炒煮 千切り大根酢物 みそ汁
9	火	ごはん	ワカメ 牛肉コロッケ ほうれん草とベーコンのソテー 御飯 ゆで卵とブロッコリーのサラダ みそ汁
10	水	めん	ちゃんぽん風ラーメン 厚揚げと大根煮物
11	木	ごはん	スタミナ焼き 粉ふき芋 春雨サラダ みそ汁
12	金	ごはん	鶏の唐揚げ じゃが芋とアスパラのベーコン炒め りんごサラダ みそ汁
13	土	パン	チキンクリームシチュー フルーツミックス
15	月	ごはん	じゃこ ミニ春巻き ニラハムソテー 御飯 竹輪ときゅうりのごま酢和え みそ汁
16	火	ごはん	豚肉生姜焼き 鶏肉とこんにゃく炒煮 白菜ごま和え みそ汁
17	水		お べ ん と う
18	木	ごはん	チキンカレーライス 野菜ごまドレッシング和え 福神漬 すまし汁
19	金	ごはん	豆腐チャンプルー じゃが芋きんぴら 小松菜おかか和え みそ汁
20	土	パン	豚汁 フルーツミックス
22	月	ごはん	エビカツ ジャーマンポテト ささみと大根のサラダ のり佃煮 みそ汁
23	火	ごはん	高野豆腐の卵とじ れんこんきんぴら イカときゅうりの甘酢和え みそ汁
24	水	めん	焼きそば 里芋と厚揚げ煮物 オニオンスープ
25	木	ごはん	型抜き ホタテフライ タコウィンナー ブロッコリー 御飯 イタリアンスパゲティ コーンサラダ うさぎりんご みかん缶 ワカメスープ
26	金	ごはん	鶏の照り焼き じゃが芋甘辛煮 ほうれん草ごま和え みそ汁
27	土	パン	ハヤシシチュー フルーツミックス
30	火	ごはん	揚げシュウマイ ピーフンソテー きゅうりしらす和え まぐろフレーク缶 みそ汁