

朝食 

4月 Monthly Menu

日曜日	月曜日 1日	火曜日 2日	水曜日 3日	木曜日 4日	金曜日 5日	土曜日 6日									
	赤魚の西京焼き ひじきと蓮根の和え物	肉豆腐 ほうれん草のお浸し	スクランブルエッグ &ベーコンソテー デザート	鶏肉と白菜の中華煮 春雨サラダ	ウィンナーシチュー フルーツ	豚肉と玉葱の和風炒め 納豆									
	Rice & Soup		Bread & Soup		Rice & Soup		Bread		Rice & Soup						
	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日									
	鯖の塩焼き 糸こんにゃくと挽肉のピリ辛炒め	鶏むね肉のチーズ焼き 温野菜サラダ	ハムエッグ ゴボウサラダ	豚肉と蓮根の甘辛煮 竹輪といんげんの胡麻マヨ和え	ミートボールポトフ デザート	ふんわり揚げの そばろあんかけ ピリ辛塩キャベツ									
	Rice & Soup		Bread & Soup		Rice & Soup		Bread		Rice & Soup						
	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F
14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日									
	めばるの照り焼き さつま揚げの卵とじ	厚揚げと野菜の味噌炒め とろろいも	トマトスクランブルエッグ スナッペンどうのフレンチ風	肉じゃが 納豆	ロールキャベツ そら豆マカロニサラダ	肉野菜炒め きのこおくら									
	Rice & Soup		Bread & Soup		Rice & Soup		Bread		Rice & Soup						
	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F
21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日									
	ほっけの塩焼き 茄子の生姜醤油和え	魚肉ソーセージと 野菜の炒め物 うの花炒り煮	オムレツ& ハッシュドポテト デザート	鮭ハンバーグ ポテトと水菜のサラダ	フランクフルト &野菜ソテー カリフラワーのカレーマリネ	五目炒飯 カニ風味焼売									
	Rice & Soup		Bread & Soup		Rice & Soup		Bread & Soup		Soup						
	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F
28日	29日	30日													
	昭和の日 														
	Rice & Soup														
	E	P	F	食塩相当量											

※仕入れの都合によりメニューを変更する場合があります。あらかじめご了承ください。 ※お米は純国産米を使用しております。 ※E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質

夕食

4月 Monthly Menu

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日																		
	1日	2日	3日	4日	5日	6日																		
	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px;"> <p style="color: red; font-weight: bold; text-align: center;">Welcome menu</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px auto; width: 80%;"> <p style="text-align: center; font-weight: bold;">ミックスグリル</p> <p style="text-align: center;">カラフルサラダ デザート</p> </div> </div>	<p>チキンカレー</p> <p>ピーマンのじゃこ炒め シュリンプサラダ</p> <p style="text-align: center;">Soup</p>	<p>牛肉と豆もやしの 韓国風炒め</p> <p>焼売 わかめナムル</p> <p style="text-align: center;">Rice & Soup</p>	<p>ポークソテー スイートチリソース</p> <p>ごぼうのベベロン炒め スパゲティサラダ</p> <p style="text-align: center;">Rice & Soup</p>	<p>かれのいの唐揚げ さっぱり葱ソース</p> <p>蒸し鶏のピリ辛和え デザート</p> <p style="text-align: center;">Rice & Soup</p>	<p>牛 丼</p> <p>温泉玉子 おくらの和え物</p> <p style="text-align: center;">Soup</p>																		
		E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量			
		890	31.5	29.5	6.5	946	33.1	32.0	5.7	990	34.5	34.6	4.2	804	34.1	16.1	5.2	1,026	34.7	47.1	5.8			
7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日																		
	<p>八宝菜</p> <p>いんげんとかにかまのソテー サラタケ葱塩</p> <p style="text-align: center;">Rice & Soup</p>	 <p>カレー</p> <p>排骨肉 (パイクーロ) カレー醬ソース</p> <p>菜の花のおかか和え デザート</p>	<p>鶏肉の黒胡椒焼き</p> <p>コーンコロケ もずく酢</p> <p style="text-align: center;">Rice & Soup</p>	<p>ピリ辛葱味噌ラーメン</p> <p>餃子 フルーツ</p> <p style="text-align: center;">Rice</p>	<p>白身魚のパン粉焼き</p> <p>白菜とベーコンのクリーム煮 ブロッコリーのスパイシー和え</p> <p style="text-align: center;">Rice & Soup</p>	<p>ハヤシライス</p> <p>メンチカツ アスパラサラダ</p> <p style="text-align: center;">Soup</p>																		
	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量				
	683	24.0	14.6	6.5		941	37.8	34.7	3.6	1,013	31.1	26.7	9.0	879	34.6	25.0	6.0	995	28.6	39.9	6.6			
14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日																		
	<p>鶏肉の唐揚げ</p> <p>金平ごぼう きのこの和え物</p> <p style="text-align: center;">Rice & Soup</p>	 <p>カレー</p> <p>カレーつけうどん</p> <p>若竹煮 たまご豆腐</p>	<p>鮭のタルタル焼き</p> <p>人参のそぼろ炒め 白菜の柚子香和え</p> <p style="text-align: center;">Rice & Soup</p>	<p>ミックスフライ</p> <p>たまごサラダ フルーツ</p> <p style="text-align: center;">Rice & Soup</p>	<p>牛焼肉サラダ仕立て</p> <p>高野豆腐の煮物 もやしの青じそ風味</p> <p style="text-align: center;">Rice & Soup</p>	<p>チキンのピザ焼き</p> <p>イタリアンサラダ デザート</p> <p style="text-align: center;">Rice & Soup</p>																		
	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量				
	939	33.3	33.9	4.0		846	38.4	19.5	3.4	897	23.5	28.1	3.9	967	29.7	39.6	4.6	953	39.9	34.6	3.6			
21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日																		
	<p>豚しゃぶ 胡麻ソース</p> <p>根菜の煮物 なめたけおろし</p> <p style="text-align: center;">Rice & Soup</p>	<p>鯖の竜田揚げ</p> <p>ピリ辛ビーフン ほうれん草としめじの和え物</p> <p style="text-align: center;">Rice & Soup</p>	<p>酢豚</p> <p>春雨とザーサイの中華風 デザート</p> <p style="text-align: center;">Rice & Soup</p>	<p>海老と卵のチリソース</p> <p>中華ポテト 小松菜のピーナッツ和え</p> <p style="text-align: center;">Rice & Soup</p>	<p>豚肉の味噌炒め</p> <p>エリンギと彩り野菜の香味だれ 納豆</p> <p style="text-align: center;">Rice & Soup</p>	<p>シーフードカレー</p> <p>ミニ豆腐ハンバーグ 新たまねぎサラダ</p> <p style="text-align: center;">Soup</p>																		
	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量	E	P	F	食塩相当量				
	846	31.2	23.2	4.1	1,003	32.4	40.4	4.2	954	30.5	27.5	5.0	862	30.6	24.0	3.9	963	39.7	35.6	5.5	779	29.7	16.5	5.7
28日	29日	30日																						
	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px;"> <p style="color: green; font-weight: bold; text-align: center;">昭和の日</p>  </div>																							

※仕入れの都合によりメニューを変更する場合があります。あらかじめご了承ください。 ※お米は純国産米を使用しております。 ※E: エネルギー P: たんぱく質 F: 脂質