

4がつこんだてひょう



		1日 (水)	2日 (木)	3日 (金)
		ごはん タレカツ ポイルキャベツ ポテトサラダ 厚焼玉子 フルーツ (りんご)	塩だれ豚バラ丼 鶏さつま揚げ もやしおかかあえ フルーツ (黄桃)	マーブルパン チーズコロッケ マカロニソテー 鶏肉と茄子のトマト煮 白菜とハムのサラダ フルーツ (パイナップル)
6日 (月)	7日 (火)	8日 (水)	9日 (木)	10日 (金)
五目ごはん 松風焼 インゲンソテー ひじき煮 チーズ入り焼きかまぼこ フルーツ (みかん)	りんごパン 鶏肉の照焼き ツナサラダ ほうれん草のソテー フルーツ (りんご)	ふりかけごはん (たまご) すき焼き風煮 竹輪のいそべ揚げ きゅうりの塩昆布あえ フルーツ (パイナップル)	チキンカレー 三角チーズポテトフライ イタリアンサラダ フルーツ (りんご)	ごはん ホイコーロー 春雨サラダ たこ焼き フルーツ (黄桃)
13日 (月)	14日 (火)	15日 (水)	16日 (木)	17日 (金)
ふりかけごはん (さけ) 豚肉とじゃが芋の揚げ煮 マカロニサラダ シュウマイ フルーツ (パイナップル)	ごはん 赤魚の香味焼き さんぴら じゃが芋の煮物 チンゲン菜のごまあえ フルーツ (黄桃)	ガパオライス チンジャオロース春巻 もやしときゅうりのナムル フルーツ (みかん)	チーズパン コーンシチュー ミニハンバーグ コールスローサラダ フルーツ (りんご)	トマトとツナのスパゲティ ポークウインナー ほうれん草ソテー タマゴサラダ フルーツ (パイナップル)
20日 (月)	21日 (火)	22日 (水)	23日 (木)	24日 (金)
カレーライス 鶏肉の唐揚げ 大根サラダ フルーツ (りんご)	ごはん 豆腐のかにあんかけ 春巻 中華風煮浸し フルーツ (みかん)	オレンジパン ハンバーグイタリアンソース ブロッコリー チョレギサラダ 星型ポテト フルーツ (黄桃)	ごはん 豚肉の生姜焼き ビーフソテー 白菜のゆかりあえ フルーツ (パイナップル)	ごはん イカカツ ポイルキャベツ チャプチェ ミルクポテト フルーツ (りんご)
27日 (月)	28日 (火)	29日 (水)	30日 (木)	
麻婆菜麺 揚げギョーザ わかめサラダ フルーツ (黄桃)	ごまパン スパニッシュオムレツ インゲンソテー ミートボール 野菜ソテー フルーツ (パイナップル)	昭和の日	ふりかけごはん (おかか) 白身魚のチリソース れんこんそぼろ炒め ほうれん草のなめ茸あえ フルーツ (みかん)	