



4がつこんだてひょう



1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)
ネギ豚丼 たまご 玉子きくらげ炒め しょうが 生姜キャベツ フルーツ(黄桃)	ぶりかけごはん(さけ) ささみフライ はるさめ 春雨のスープ煮 わかめサラダ フルーツ(パイナップル)	しお 塩焼きそば あ 揚げぎょうざ まめまめサラダ フルーツ(りんご)	くろざとう 黒砂糖パン とりにく 鶏肉のトマトソース ほうれん草とコーンのソテー ミモザサラダ フルーツ(みかん)	ぶた 豚たま丼 いか イカのバター焼き ブロッコリーおかか和え フルーツ(黄桃)
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)
ごはん ぶたにく 豚肉の生姜焼き ちくわ 竹輪のいそべ揚げ にんじん 人参とツナのサラダ フルーツ(パイナップル)	ぶどうパン コーンシチュー ミートボール ウィンナーガーリックソテー フルーツ(りんご)	ごもく 五目ごはん まつかぜやき 松風焼 けんちん煮 チンゲン菜のおひたし フルーツ(みかん)	ごはん さかな 魚の和風さけのソース インゲンソテー はるさめ 春雨サラダ チーズポテト フルーツ(黄桃)	ハヤシライス ハンペンフライ フレンチサラダ フルーツ(パイナップル)
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
スパゲティクリームソース ポークウィンナー ミニコロッケ はなやさい 花野菜ソテー フルーツ(りんご)	ごはん や すき焼き風煮 やさい 野菜かきあげ オーロラサラダ フルーツ(みかん)	ぶりかけごはん(おかか) ホイコーロー ミニハンバーグおろしソース ポテトサラダ フルーツ(黄桃)	ちゅうかどん 中華丼 はるまき 春巻 もやしときゅうりのナムル フルーツ(パイナップル)	オレンジパン チーズオムレツ ほうれん草ソテー チリコンカン マカロニサラダ フルーツ(りんご)
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)
ぶりかけごはん(たまご) あかうお 赤魚の香味焼き きんぴら ごもく 五目ひじき グリーンサラダ フルーツ(みかん)	ごはん プルコギ ツナサラダ さつまいも甘露煮 フルーツ(黄桃)	パンプキンパン ハンバーグイタリアンソース ピーマンソテー チンゲン菜ソテー じゃが芋のベーコン煮 フルーツ(パイナップル)	カレーライス とりにく 鶏肉の唐揚げ だいこん 大根サラダ フルーツ(りんご)	ごはん マーボー茄子 きりぼしだいこん 切干大根煮 シュウマイ フルーツ(みかん)
29日(月)	30日(火)	      		
昭和の日	ごはん メンチカツ ブロッコリー きんぴらごぼう あつやきたまご 厚焼玉子 フルーツ(りんご)			