

	月曜日 1	火曜日 2	水曜日 3	木曜日 4	金曜日 5	土曜日 6
昼食	キャベツのみそ汁 鶏肉のケチャップ炒め 青菜のおひたし 果物	麺スープ ハンバーグ 南瓜サラダ 果物	カレー わかめのスープ サラスパサラダ ゼリー	けんちん汁 ほっけの塩焼き ひじきの炒め煮 果物	大根のみそ汁 焼き肉 春雨サラダ 果物	五目中華丼 チンゲン菜のスープ 果物
午後	牛乳 ビスケット	牛乳 あんぱん	牛乳 バナナ せんべい	牛乳 サンドイッチ	牛乳 せんべい	牛乳 パン
8 9 10 11 12 13						
昼食	白菜のみそ汁 さんまのみぞれ煮 キャベツのゆかり和え 果物	玉ねぎのスープ チキンカツ ポテトサラダ 果物	野菜しょうゆラーメン しゅうまい ポリポリ胡瓜 果物	えのきと豆腐のみそ汁 肉じゃが ブロッコリーのおひたし 果物	豚汁 鮭の塩焼き 小松菜のごま和え 果物	心の卵とし丼 わかめのみそ汁 果物
午後	牛乳 マカロニきな粉	ミルクプリン せんべい	牛乳 青のりラスク	ミロ プリッツ	牛乳 豆腐ドーナツ	牛乳 パン
15 16 17 18 19 20						
昼食	もずくのすまし汁 肉団子 マカロニサラダ 果物	かしわ汁 サバの西京焼き 切干大根の煮物 果物	チンゲン菜のスープ カレー風味のトマト煮 キャベツの塩昆布和え 果物	豆乳みそスープ メンチカツ コールスローサラダ 果物	なめこのみそ汁 鶏のマーマレード煮 もやしとハムの和え物 果物	ハヤシライス 野菜スープ 果物
午後	牛乳 せんべい	牛乳 カステラサンド	ゼリー せんべい	牛乳 スティックパン	牛乳 ビスケット	牛乳 パン
22 23 24 25 26 27						
昼食	かき玉みそ汁 いわしの生姜煮 ナムル野菜 果物	青菜のみそ汁 鶏肉と野菜の旨煮 バンサンスー 果物	ナポリタン コンソメスープ チキンナゲット ブロッコリーサラダ 果物	きのこのみそ汁 麻婆豆腐 三色和え 果物	かぶのスープ アジメンチ ひじきサラダ 果物	肉丼 心のみそ汁 果物
午後	牛乳 蒸しパン	牛乳 クッキー	ヨーグルト せんべい	牛乳 マーラーカオ	牛乳 せんべい	牛乳 パン
29 30						
昼食	昭和の日 	中華スープ 鶏肉の照り焼き キャベツのツナサラダ ミニゼリー	 <p>「いただきます」を大切に みんなが食べている肉・魚・野菜にも命があつてその命を頂いています。肉も魚も野菜も、みんなと同じで大きくなりたいと思って生きている大切な命。食事を頂くことに感謝の気持ちが膨らみます。</p>			今月の1人当たりの栄養量 エネルギー379kcal たんぱく質18.1g 脂質15.8g カルシウム213mg 鉄分2.1mg 塩分1.9g
午後		牛乳 米粉ケーキ				

・献立は物流の状況により、変更になる場合があります。ご了承くださいませようお願いいたします。

※ 4月10日、24日は、白ごはんを少し持ってきてください