

4がつこんだてひょう



1日 (火)	2日 (水)	3日 (木)	4日 (金)	
オレンジパン チーズコロッケ ほうれん草 ^{そう} ソテー ウィンナートマトソテー インゲンのツナあえ フルーツ (パイナップル)	ごはん 豆腐 ^{とうふ} のあんかけ イカのかりんと揚げ ^{あげ} チンゲン菜 ^{さい} のおかかあえ フルーツ (黄桃 ^{おうとう})	ごはん 豚肉 ^{ぶたにく} の生姜 ^{しょうが} 焼き もやしソテー 荳 ^{くま} わかめのきんぴら ポテトサラダ フルーツ (りんご)	カレーライス 鶏肉 ^{とりにく} の唐揚げ ^{からあげ} ミモザサラダ フルーツ (みかん)	
7日 (月)	8日 (火)	9日 (水)	10日 (木)	11日 (金)
ナポリタン ミニミニハッシュドポテト インゲンソテー ごぼうサラダ フルーツ (パイナップル)	ごはん 八宝菜 ^{はっほうさい} れんこんそぼろ炒 ^{いた} め かにシュウマイ フルーツ (黄桃 ^{おうとう})	ぶりかけごはん (さけ) 白身魚 ^{しろみぎかな} のチリソース ビーフソテー タマゴサラダ フルーツ (りんご)	ごまパン ハンバーグガーリックソース スパソテー イタリアンサラダ コンソメポテト フルーツ (みかん)	ごはん 豚肉 ^{ぶたにく} のしぐれ煮 ^に ブロッコリーのペペロン炒 ^{いた} め 厚焼 ^{あつやきたまご} 玉子 フルーツ (パイナップル)
14日 (月)	15日 (火)	16日 (水)	17日 (木)	18日 (金)
ごはん チキン ^{なんぼん} 南蛮 ほうれん草 ^{そう} ソテー カリフラワーベーコン炒 ^{いた} め 白菜 ^{はくさい} の煮浸 ^{にびた} し フルーツ (黄桃 ^{おうとう})	塩 ^{しお} だれ豚 ^{ぶた} バラ ^{どん} 丼 竹輪 ^{ちくわ} のカレー揚げ ^{あげ} 生姜 ^{しょうが} きゅうり フルーツ (りんご)	ごはん 豚肉 ^{ぶたにく} とキャベツのみそ炒 ^{いた} め ミートボール 大根 ^{だいこん} サラダ フルーツ (みかん)	ぶりかけごはん (おかか) えびカツ マカロニソテー 肉 ^{にく} じゃが わかめとツナのサラダ フルーツ (パイナップル)	マーブルパン オムレツ フライドポテト 春雨 ^{はるさめ} サラダ 小松菜 ^{こまつな} とウィンナーのソテー フルーツ (黄桃 ^{おうとう})
21日 (月)	22日 (火)	23日 (水)	24日 (木)	25日 (金)
キーマカレー ハンペンフライ 野菜 ^{やさい} のごまマヨネーズあえ フルーツ (りんご)	ぶりかけごはん (たまご) 俵 ^{たわらがた} 型メンチ ボイルキャベツ 切干 ^{きりほし} 大根 ^{だいこん} サラダ たこ ^{たこ} 焼き フルーツ (みかん)	ミルクパン 鶏肉 ^{とりにく} の照 ^{てりや} 焼き 野菜 ^{やさい} のスープ煮 ^に さつま芋 ^{いも} サラダ フルーツ (パイナップル)	ソース ^{やき} 焼そば 春巻 ^{はるまき} シュウマイ 炒 ^{いた} めナムル フルーツ (黄桃 ^{おうとう})	ごはん 鮭 ^{さけ} のちゃんちゃん焼き ^や きゅうりとひじきの中華 ^{ちゅうが} サラダ ミルクポテト フルーツ (りんご)
28日 (月)	29日 (火)	30日 (水)		
ごはん 酢 ^す 豚 ^{ぶた} マカロニサラダ タコさんウィンナー フルーツ (みかん)	昭和の日	ごはん すき ^{すき} 焼き風煮 ^{ふうに} 野菜 ^{やさい} かきあげ ほうれん草 ^{ほうれん草} のお浸 ^{ひた} し フルーツ (黄桃 ^{おうとう})		

