



4がつこんだてひょう



3日 (月)	4日 (火)	5日 (水)	6日 (木)	7日 (金)
ごはん メンチカツ ブロッコリー 肉じゃが タマゴサラダ フルーツ (黄桃)	ごはん 焼肉 ポイルキャベツ 切干大根と厚揚げの煮物 ほうれん草のなめ茸和え フルーツ (パイナップル)	ごはん 白身魚のチリソース 豚肉と野菜のソテー 白滝の炒め物 フルーツ (みかん)	カレーライス 鶏肉の唐揚げ ツナサラダ フルーツ (りんご)	マーブルパン ハンバーグ ケチャップスパゲティ れんこんと豚肉のソテー 枝豆とコーンのサラダ フルーツ (黄桃)
10日 (月)	11日 (火)	12日 (水)	13日 (木)	14日 (金)
ごはん 麻婆豆腐 千切り野菜炒め シュウマイ フルーツ (パイナップル)	ごまパン 鶏肉ミートソース マカロニソテー 菜の花ソテー 白菜とハムのサラダ フルーツ (みかん)	塩だれ豚バラ丼 ごぼうサラダ タコちゃんウインナー フルーツ (りんご)	ふりかけごはん (さけ) チンジャオロース 大学芋 もやしときゅうりのナムル フルーツ (黄桃)	スパゲティクリームソース ポテチキ 野菜のごまマヨネーズあえ フルーツ (パイナップル)
17日 (月)	18日 (火)	19日 (水)	20日 (木)	21日 (金)
ハヤシライス チーズはんぺんフライ 棒棒鶏 フルーツ (みかん)	ふりかけごはん (おかか) 豚肉とじゃが芋の揚げ煮 枝豆がんも 小松菜のごま和え フルーツ (りんご)	黒砂糖パン 鶏肉の香草焼き スパソテー アスパラベーコン炒め チーズポテト フルーツ (黄桃)	ごはん 味噌カツ ポイルキャベツ マカロニサラダ 大根のそぼろ煮 フルーツ (パイナップル)	ごはん 鮭の塩焼き きんぴら きゅうりとひじきの中華サラダ 炒り豆腐 フルーツ (みかん)
24日 (月)	25日 (火)	26日 (水)	27日 (木)	28日 (金)
ごはん タンドリーチキン フライドポテト きのこマカロニのトマトソース もやしとピーマンのソテー フルーツ (りんご)	五目あんかけそば 春巻 コールスローサラダ フルーツ (黄桃)	ごはん 豆腐ハンバーグきのこソース インゲンソテー なすと竹輪のみそ炒め 野菜のマリネ フルーツ (パイナップル)	キャロットパン ほうれん草のシチュー チキンボール パンブキンサラダ フルーツ (みかん)	ふりかけごはん (たまご) 肉豆腐 竹輪の天ぷら 無限ピーマン フルーツ (りんご)