

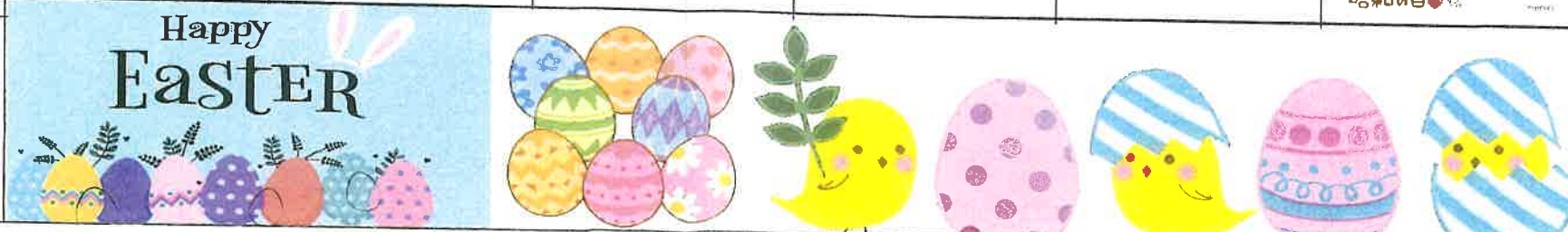


# 令和5年 4月献立

日	月	火	水	木	金	土
 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>★4月のお休みは <u>2</u>・<u>9</u>・<u>16</u>・<u>23</u>・<u>29</u>・<u>30</u> です</p> <p>★メニューは変更になる可能性があります。</p> <p>★カロリーは目安となります。</p> </div>						4月1日 きじ焼き丼 味噌汁 筍とがんもの煮物 牛乳  670Kcal
4月2日	4月3日	4月4日	4月5日	4月6日	4月7日	4月8日
お休みです	桜ご飯 清汁 フリの照り焼き 牛肉と牛蒡の煮物 イチゴのデザート  620Kcal	ごはん 味噌汁 ロールキャベツ はるさめサラダ 果物  590Kcal	ごはん 味噌汁 豚肉の生姜焼き 焼きピーマン 小松菜と焼き椎茸のお浸し  620Kcal	スパゲティミートソース スープ 里芋サラダ プリン  720Kcal	ごはん 味噌汁 鱈フライ & 茄子の海老 はりみき揚げ じゃがいもの煮付け うの花和え 630kcal	ごはん スープ 鶏肉のレモン焼き はんぺんの味噌炒め かりんごのごまあえ  570Kcal
4月9日	4月10日	4月11日	4月12日	4月13日	4月14日	4月15日
お休みです	とろっとオムライス スープ アスパラサラダ ジョア  590Kcal	たけのご御飯 清汁 豚肉の塩ダレ焼き さつま芋の甘露煮 かぶの漬けもの  650Kcal	ごはん 清汁 鯖のネギ味噌焼き 揚げだし豆腐 フルーツポンチ  700Kcal	ごはん 味噌汁 とんかつ 菜の花の山葵ドレ和え 漬物 (しば漬け)  530Kcal	ごはん スープ 鮭のムニエル 南瓜のそぼろあんかけ ブロッコリーの菜種和え  590Kcal	カレーライス スープ 漬物(福神漬け・ラッキョウ) 野菜サラダ 牛乳  730Kcal
4月16日	4月17日	4月18日	4月19日	4月20日	4月21日	4月22日
お休みです	ごはん 味噌汁 魚と野菜の甘酢炒め しゅうまい 果物  590Kcal	ごはん オニオンスープ 鶏肉のトマト煮込み キャベツソテー マカロニサラダ  670Kcal	ごはん 味噌汁 豚肉の角煮風 香野菜の炊き合わせ 果物  770Kcal	ごはん コンソメスープ チキンピザ風 卵サラダ 牛乳  760Kcal	ごはん 清汁 鶏肉のオニオンソースかけ もやしとパスタ さつま芋入りしらあえ  620Kcal	ごはん 味噌汁 煮魚(カレイ) 麻婆茄子 とろろいも  490Kcal
4月23日	4月24日	4月25日	4月26日	4月27日	4月28日	4月29日
お休みです	ごはん 清汁 豚肉と野菜の味噌いため 豆腐のみぞれあん ジョア  650Kcal	ごはん ハンバーグきのことソース いら豆腐 わかるとびごのおかか和え  630kcal	きつねうどん ゆかり御飯 菜の花のサラダ フルーツ  680Kcal	ごはん 味噌汁 鶏肉のバジルレモンソテー アスパラサラダ 昆布豆  650Kcal	ごはん ビビンバ丼 中華スープ きゅうりとわかめの酢の物 抹茶パバロア  710Kcal	 日曜日の日♡
4月30日						お休みです