



	朝食	昼食	夕食	15時
4月26日 (月)	食パン いちごジャム サヤの卵炒め オクラのドレッシング和え エネルギー 1453 たんぱく質 58.5 コンソメスープ 牛乳 	御飯 鶏肉の南部焼 人参のおかか煮 春菊のサラダ すまし汁 フルーツ	御飯 魚の有馬煮(赤魚) 茄子とエリンギの炒め物 キャベツ生姜和え 味噌汁	トーナツ
4月27日 (火)	御飯 ひじきと竹輪の煮物 小松菜の和え物 ふりかけ エネルギー 1584 たんぱく質 65.6 味噌汁 牛乳	日本列島祭り紀行 京都 炊き込み御飯 鶏肉の西京焼 京風かき揚げ ほうれん草のゆば和え すまし汁 水羊羹(抹茶)	御飯 Eビとブロッコリーの塩炒め 南瓜の煮物 白菜の和え物 味噌汁 	マンゴープリン
4月28日 (水)	御飯 納豆・長葱 青梗菜炒め煮 漬物 エネルギー 1480 たんぱく質 54.8 味噌汁 牛乳	ホークカレーライス レンコンのソテー ほうれん草とハムのサラダ コンソメスープ フルーツ 	御飯 魚の香味焼(アジ) 野菜の卵とじ かぶのサラダ すまし汁	ブッセケーキ
4月29日 (木)	御飯 豚肉と野菜の炒め 菜の花のくるみ和え のりの佃煮 エネルギー 1472 たんぱく質 56.6 味噌汁 牛乳 	御飯 魚のハーブグリル(バス) ブロッコリーの洋風煮 白菜のサラダ コンソメスープ フルーツ	御飯 鶏の治部煮 アスパラの炒め物 大根の酢の物 味噌汁	こしあんまんじゅう
4月30日 (金)	御飯 ほうれん草オムレツ インゲンのフレンチサラダ ふりかけ エネルギー 1591 たんぱく質 61 味噌汁 牛乳	御飯 麻婆豆腐 じゃが芋の煮物 オクラの和え物 中華スープ フルーツ	御飯 魚の和風ステーキ(サワラ) きんぴらごぼう キャベツのゴマ和え すまし汁 	チョコプリン
5月1日 (土)	御飯 肉団子の甘辛煮 アスパラの和え物 梅びしお エネルギー 1500 たんぱく質 52.9 味噌汁 牛乳	御飯 エビカツフライ 茄子のソテー カリフラワーのサラダ すまし汁 フルーツ	御飯 豚肉のオイスターソース炒め 筍と車麩の煮物 ゆかり和え(青梗菜) 味噌汁	スイスロール 
5月2日 (日)	食パン あんずジャム ジャーマンポテト ブロッコリーの和風和え エネルギー 1451 たんぱく質 59.3 コンソメスープ 牛乳 	御飯 鶏肉のはちみつ照焼 ハンパンの煮物 インゲンの梅肉和え 味噌汁 フルーツ	御飯 魚のクリームソース(ます) 小松菜の炒め物 モヤシのサラダ コンソメスープ	レモンケーキ

【MEMO】

