

		4月1日(金)		4月2日(土)		4月3日(日)							
		サラダ巻・いなり寿司 すまし汁 花麩・白菜 茶碗蒸し 菜花の白和え りんごゼリー 578 kcal 塩分 4.0g	ご飯 鮭のムニエル 味噌汁 小松菜・油揚 南瓜の小倉煮 大根サラダ 688 kcal みかん缶 塩分 3.5g	ご飯 八宝菜 中華風コーンスープ インゲンの味噌和え 蒸しシューマイ 625 kcal フルーツカクテル 塩分 4.2g									
4月4日(月)		4月5日(火)		4月6日(水)		4月7日(木)		4月8日(金)		4月9日(土)		4月10日(日)	
ご飯 豆腐の肉味噌かけ すまし汁 白菜・カマボコ じゃが芋のツナ煮 スパゲティサラダ 591 kcal バナナ 塩分 3.4g	ご飯 鶏肉の竜田揚げ かき玉汁 金時豆煮 法蓮草辛子和え 663 kcal フルーツみつ豆 塩分 2.7g	わかめご飯 さわらの西京焼 すまし汁 玉葱・絹サヤ 酢の物 胡瓜・カニカマ・モヤシ ピーマンと豚肉炒め 549 kcal ヨーグルト和え 塩分 4.3g	ご飯 おろしトンカツ 味噌汁 白玉麩・厚揚 五目豆煮 菜花の生姜和え 638 kcal オレンジ 塩分 4.2g	おにぎり(ゆかり) 焼きそば 中華スープ かに入りシューマイ ブロッコリーサラダ 605 kcal バナナ 塩分 3.5g	ご飯 味噌おでん すまし汁 花麩・玉葱 ひじきの煮物 和風サラダ 554 kcal 黄桃缶 塩分 5.2g	ご飯 かに玉甘酢あんかけ わかめスープ 厚揚げの生姜煮 野菜サラダ 565 kcal みかん缶 塩分 3.0g							
4月11日(月)		4月12日(火)		4月13日(水)		4月14日(木)		4月15日(金)		4月16日(土)		4月17日(日)	
ご飯 カラスカレイの幽庵焼 味噌汁 じゃが芋・絹サヤ カリフラワーのドレッシング和え 茄子のくず煮 383 kcal オレンジ 塩分 4.2g	サンドイッチ (玉子・ツナ) 南瓜スープ エビカツフライ ブロッコリーサラダ 642 kcal バナナ 塩分 4.3g	カレーライス コーンコロケ オニオンサラダ 福神漬・らっきょう漬 ぶどうゼリー 799 kcal 塩分 4.7g	三色丼 すまし汁 ワカメ・エノキ・三葉 いか里芋 竹の子の木の芽和え ヨーグルト和え 505 kcal 塩分 5.1g	ご飯 豚肉の角煮 味噌汁 玉葱・インゲン 枝豆がんもの煮付 野菜サラダ 588 kcal フルーツカクテル 塩分 3.5g	ご飯 天ぷら盛り合わせ すまし汁 玉子豆腐・三葉 白菜の煮浸し もやしの中華和え 484 kcal オレンジ 塩分 4.2g	ご飯 さばの味噌煮 すまし汁 白玉麩・小松菜 酢の物 春雨・胡瓜・カニカマ さつま芋の煮物 688 kcal バナナ 塩分 4.3g							
4月18日(月)		4月19日(火)		4月20日(水)		4月21日(木)		4月22日(金)		4月23日(土)		4月24日(日)	
ご飯 ハンバーグ コーンスープ ポークビーンズ マカロニサラダ 729 kcal フルーツみつ豆 塩分 4.6g	散らし寿司 すまし汁 花麩・エノキ・葱 じゃが芋の煮物 インゲンとアサリの味噌和え 黄桃缶 439 kcal 塩分 3.8g	焼きおにぎり とんこつラーメン 焼きギョーザ ブロッコリーのツナ和え 杏仁豆腐 609 kcal 塩分 5.9g	ご飯 エビフライ 味噌汁 豆腐・油揚 かぶのくず煮 菜花の中華和え 571 kcal バナナ 塩分 3.8g	五目ご飯 鮭の柚子味噌焼 すまし汁 花麩・玉葱 厚焼玉子 トマトサラダ 554 kcal 黄桃缶 塩分 3.5g	かにピラフ コーンポタージュ 大根の煮物 春雨サラダ フルーツカクテル 434 kcal 塩分 4.2g	ロールパン+リンゴジャム クリームシチュー チキンナゲット 野菜サラダ オレンジ 612 kcal 塩分 3.0g							
4月25日(月)		4月26日(火)		4月27日(水)		4月28日(木)		4月29日(金)		4月30日(土)			
いなり寿司 きしめん かぶの煮物 パンプキンサラダ バナナ 519 kcal 塩分 3.0g	ご飯 カラスカレイの照焼 かき玉汁 焼き茄子ゴマダレかけ 五目豆煮 422 kcal 杏仁豆腐 塩分 3.5g	ご飯 手作りコロケ 味噌汁 焼麩・ワカメ・絹サヤ 小松菜とエリンギのお浸し 冬瓜の煮物 573 kcal フルーツカクテル 塩分 4.3g	ご飯 豚肉の生姜焼き 味噌汁 豆腐・油揚 酢の物 人参・胡瓜・カニカマ 焼きビーフン 668 kcal オレンジ 塩分 3.6g	ネギトロ・かじき丼 すまし汁 花麩・白菜 茶碗蒸し 菜花とシラスの梅しそ和え いちごムース 422 kcal 塩分 4.5g	ご飯 チキン南蛮 味噌汁 焼麩・エノキ・油揚 茄子のくず煮 オクラの胡麻和え 623 kcal バナナ 塩分 3.1g								