

# 2024年 4月 メニュー表

月	火	水	木	金	土	日
<p>1</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(里芋・青菜) 切り干し大根のマヨ和え ふりかけ(おかか)</p> <p>昼基 ごはん 豚肉のオイスター炒め ゆで野菜サラダ</p> <p>間 牛乳T</p> <p>夕基 ごはん すき焼き風煮T 酢の物(大根)</p>	<p>2</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(キャベツ・玉ねぎ) 高野の卵とじT</p> <p>昼基 ごはん 鶏肉のマーマレード照焼 トマトサラダ添え 卵スープ(洋)</p> <p>間 牛乳T</p> <p>夕基 ごはん 揚げししゃもの野菜あんかけ 蒸焼き餃子 ももヨーグルト</p>	<p>3</p> <p>朝基 黒糖ロールパン2個 マーガリン 白菜のクリームスープ 牛乳T</p> <p>昼基 オレンジF 1/6カット 3個 ごはん ミートオムレツ にんじんラペ</p> <p>夕基 ごはん ポークビーンズ さつまいもサラダ 小松菜とほろさめのスープ</p>	<p>4</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(なめこ・豆腐) れんこんのきんぴら</p> <p>昼基 ごはん 豚肉のチンジャオロース 水菜のナムル</p> <p>間 牛乳T</p> <p>夕基 麦ごはん(100)T 鮭のチーズ焼き 卵とブロッコリーサラダ ミネストローネ</p>	<p>5</p> <p>朝基 レーズンパン1/2 イエロー1/2 チーズ スクランブルエッグF</p> <p>昼基 牛乳 バナナ(1/2本)</p> <p>夕基 ごはん 鶏肉のスタミナ炒め 大根サラダ ほうれん草カレー フレンチサラダ ピクルス</p>	<p>6</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(生揚げ・南瓜) 納豆F ブロッコリーと人参のごまマヨ</p> <p>昼基 肉わかめうどんF 変わりきんぴら デコポン1/4</p> <p>間 のむヨーグルトT</p> <p>夕基 ごはん さばの竜田揚げ 南瓜のそぼろあんかけ ヨーグルト(いちご)</p>	<p>7</p> <p>朝基 サンドイッチ(ハムチーズ卵) 牛乳 もも缶づめ 1切れ</p> <p>昼基 海鮮卵丼F ブロッコリーごま和え ワンタンスープ</p> <p>夕基 ごはん 鶏と厚揚げの回鍋肉風 春雨サラダ</p>
<p>8</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(じゃがいも・長ねぎ) ひじきの炒め煮T ふりかけ(おかか)</p> <p>昼基 ごはん 豚ばら大根 ほうれん草のナムル</p> <p>間 牛乳</p> <p>夕基 炊き込みごはんT 白身魚の塩焼き 菜の花と高野のごまあえ かきたま汁 いちご3個</p>	<p>9</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(生揚げ・人参) ツナたま炒め</p> <p>昼基 ごはん 牛肉とごぼうの炒め煮 ほうれん草のごま和えT</p> <p>間 牛乳T</p> <p>夕基 麦ごはん(100)T 鶏肉のごまみそ焼き 水菜の昆布あえ のっぺい汁</p>	<p>10</p> <p>朝基 チョコツイストパン ウインナーと野菜のソテー 牛乳</p> <p>昼基 キウイフルーツ1/2 ごはん 豚肉のしょうが炒め 菜の花の白和え</p> <p>夕基 ごはん 白身魚のアクアパッツァ 卵ポテトサラダ ヨーグルト(いちご)</p>	<p>11</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(小松菜・しいたけ) ピーマンじゃこ炒め</p> <p>昼基 ごはん 鶏肉とブロッコリーの中華炒め 大学芋風</p> <p>間 牛乳T</p> <p>夕基 ごはん ハンバーグ(チーズのせ) スパゲティソテー(きのこ) カボチャマッシュサラダF</p>	<p>12</p> <p>朝基 ロールパン2個 リンゴジャム 肉だんごのスープ</p> <p>昼基 牛乳 バナナ(1/2本)</p> <p>夕基 ごはん 豚肉のピカタ カレー炒め 添え マカロニサラダ ごはん さわらの西京焼き ほうれん草の白和え かぼちゃの煮物</p>	<p>13</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(じゃがいも・たまねぎ) 納豆F しろなの卵とじ</p> <p>昼基 海鮮塩焼きそば じゃがいものそぼろあんかけ</p> <p>間 のむヨーグルトT</p> <p>夕基 ごはん 酢豚T 切り干し大根のナムル</p>	<p>14</p> <p>朝基 クロワッサン1個 トースト(1枚) チョコレート・クリーム スープ煮(白菜・ウインナー)</p> <p>昼基 牛乳 パイナップル</p> <p>夕基 オムライス グリーンサラダ 南瓜の田舎スープ ごはん 厚揚げと豚肉のみそ炒めF 大根と水菜の和風サラダF</p>
<p>15</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(豆腐・えのき) じゃがいものカレーソテー</p> <p>昼基 ごはん(丼) 魯肉飯風(るーろーはん) みそけんちん汁T</p> <p>間 牛乳T</p> <p>夕基 ごはん あじのフライ きのこ厚揚げのオイスター炒め 三色ナムルF</p>	<p>16</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(人参・白菜) 厚焼きだしたまご</p> <p>昼基 ごはん 麻婆豆腐 ビーンズサラダ(チーズ)</p> <p>間 牛乳T</p> <p>夕基 ごはん 油淋鶏F ごぼうのサラダ キャロットポタージュ</p>	<p>17</p> <p>朝基 レーズンパン1/2 イエロー1/2 ツナと野菜のソテー</p> <p>昼基 牛乳 オレンジ 1/6カット2個 チーズ(6p)</p> <p>夕基 ごはん ハニーマスタードチキン チンゲンサイのナムル</p> <p>間 マンゴープリン</p> <p>夕基 ごはん 肉じゃがF 和風サラダ(大根・わか・チリメン) 金時豆の甘煮 (市販)</p>	<p>18</p> <p>朝基 ごはん 味噌汁(厚揚げ・小松菜) 焼きれんこん(カレー)</p> <p>昼基 味付けのりT ごはん 豚キムチ 変わりポテトサラダ</p> <p>間 牛乳T</p> <p>夕基 じゃこたくごはん かれいの煮付け ほうれん草のお浸し けんちん汁</p>	<p>19</p> <p>朝基 黒糖ロールパン チーズ ハムと卵のソテー</p> <p>昼基 牛乳 バナナ(1/2本)</p> <p>夕基 ごはん 豆腐ステーキきのこあん はくさいとわかめの酢の物T ハヤシライスT 海草サラダ ピクルス リンゴゼリー</p>	<p>20</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(里芋・しめじ) 納豆F 菜の花のマヨ和え</p> <p>昼基 ジャーチャーうどん 蒸焼きしゅうまい</p> <p>間 のむヨーグルトT</p> <p>夕基 ごはん たらのパン粉焼き かぼちゃサラダ(チーズ) スープ煮(カリフラワー)</p>	<p>21</p> <p>朝基 ホットドッグ 牛乳T もも</p> <p>昼基 親子丼F すまし汁(白菜・ゆば)T</p> <p>夕基 ごはん 里芋と豚肉の中華煮T 切り干し大根のソース炒め ヨーグルト(いちご)</p>
<p>22</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(キャベツ・にんじん) スクランブルエッグF</p> <p>昼基 ごはん 筑前煮F 春雨の酢のもの</p> <p>間 牛乳T</p> <p>夕基 ごはん 肉豆腐 長いもの二杯酢 マンゴーヨーグルト</p>	<p>23</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(大根・えのき) きんぴら(朝)</p> <p>昼基 ごはん 鶏肉のトマト煮 シーザーサラダ</p> <p>間 牛乳T</p> <p>夕基 ごはん 肉団子の野菜あんかけ F スパゲティサラダ グレープフルーツ</p>	<p>24</p> <p>朝基 シュガーバターコッペ チーズ じゃがバターコーン</p> <p>昼基 牛乳 キウイフルーツ1/2</p> <p>夕基 ごはん えびかに玉 小松菜と揚げのナムルT</p> <p>夕基 ごはん トンテキ 付け合わせ かぼちゃのクリームスープ</p>	<p>25</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(南瓜・わかめ) じゃこ炒め</p> <p>昼基 ごはん いわしのマスタードフライ コールスローサラダ(チーズ)</p> <p>間 牛乳T</p> <p>夕基 麦ごはん(100)T 豆腐ハンバーグF ハムと菜の花のソテー コーンスープT</p>	<p>26</p> <p>朝基 ロールパン マーガリン 野菜と卵のスープ</p> <p>昼基 牛乳 バナナ(1/2本)</p> <p>夕基 ごはん 豚肉と野菜のみそ炒め 焼き厚揚げ ごはん 鮭とじゃがいものグラタン トマトと水菜のサラダ プリン</p>	<p>27</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(さつまいも・キャベツ) 納豆F ほうれん草のお浸し</p> <p>昼基 ごはん ポークチャップ パンプキンサラダ</p> <p>間 のむヨーグルトT</p> <p>夕基 ごはん オムレツ もやしと小松菜のソテー ビーンズサラダ(かぼちゃ)</p>	<p>28</p> <p>朝基 ピザトースト(1枚) トースト(1枚) ブルーベリージャム</p> <p>昼基 肉だんごと麦のスープ 牛乳 パイナップル</p> <p>夕基 麻婆丼F 青菜とひじきのナムル かきたまわかめスープT ごはん 鶏肉の唐揚げ チョコレギサラダ(水菜) ニラ玉スープF</p>
<p>29</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(豆腐・ほうれんそう) ほうれん草とコーンのソテー</p> <p>昼基 ごはん(小) お好み焼きF フルーツのヨーグルト和え</p> <p>間 牛乳T</p> <p>夕基 麦ごはん(100)T 天ぷら盛り合わせ じゃがいもとピーマンの炒め物 豚汁</p>	<p>30</p> <p>朝基 ごはん みそ汁(南瓜・たまねぎ) 千草焼き(ひじき)</p> <p>昼基 ごはん 八宝菜T もずくの酢の物</p> <p>間 牛乳T</p> <p>夕基 ごはん エビチリ 卵とじ(厚揚げ・にら) みかんヨーグルト</p>					