

	4月1日(月)	4月2日(火)	4月3日(水)	4月4日(木)	4月5日(金)	4月6日(土)		
朝食	ご飯 みそ汁 根菜のトマト煮 切干大根和え物 牛乳	ご飯 豚汁 ほうれん草のお浸し 納豆 牛乳	食パン ミネストローネ グリーンサラダ バナナ ヤクルト	ご飯 みそ汁 いわし梅煮 カリフラワーとぶきの酢みそ和え 牛乳	ご飯 みそ汁 野菜と豆のトマト煮 小松菜のアーモンド和え 牛乳	ご飯 食べるつみれと野菜のスープ 青菜と昆布のお浸し 牛乳		
昼食	赤飯 みそ汁 カレイの幽庵焼き 南瓜のいとし煮 春菊のごま和え	ご飯 清汁 肉団子の甘辛煮 かぶサラダ 漬物	ご飯 みそ汁 ホキの煮付け 春キャベツのピーナッツ和え 漬物	ご飯 みそ汁 豚肉の柳川風煮 みかんのオロシ酢 漬物	《食育メニュー/かぶ》 ご飯・赤だし汁 鮭のかぶらマヨネーズ焼き キャベツとツナのサラダ 漬物	ご飯 みそ汁 豚血 豚泉卵 漬物		
おやつ	やわらかおかし コンボタ 梅しらすの雑穀ご飯 春おでん	ご飯 どら焼き	紅茶ケーキ	ピーチムース	アップルゼリー	黒糖ケーキ		
夕食	ほうれん草とひじきのゆず浸し	けんちん汁 白身魚の菜種蒸し しらすおろし デザート	豆腐ハンバーグ さつま芋煮 大根サラダ	鶏肉の味噌漬け焼き ふきとベーコンのガーリック炒め カリフラワーサラダ	あじの塩焼き はすのきんぴら 春菊とえのきさび和え			
成分	エネルギー 1,513 kcal 蛋白質 53.9 g 脂質 42.7 g 塩分 7.6 g	エネルギー 1,485 kcal 蛋白質 62.2 g 脂質 36.9 g 塩分 6.3 g	エネルギー 1,389 kcal 蛋白質 54.7 g 脂質 27.3 g 塩分 7.0 g	エネルギー 1,418 kcal 蛋白質 55.0 g 脂質 44.2 g 塩分 5.6 g	エネルギー 1,484 kcal 蛋白質 66.6 g 脂質 44.5 g 塩分 6.7 g	エネルギー 1,425 kcal 蛋白質 67.8 g 脂質 37.4 g 塩分 6.7 g		
	4月7日(日)	4月8日(月)	4月9日(火)	4月10日(水)	4月11日(木)	4月12日(金)	4月13日(土)	
朝食	ご飯 みそ汁 寄せ湯葉けんちん れんこんの梅おかか和え 牛乳	ご飯 みそ汁 スペイン風オムレツ いんげんのごま和え 牛乳	ご飯 みそ汁 いわしかつお煮 オクラの磯和え 牛乳	食パン ポタージュ コンビネーションオムレツ グリーンサラダ バナナ・ジョア ハヤシライス	ご飯 みそ汁 油揚げの肉詰め煮 れんこんとオクラの梅おかか和え 牛乳	ご飯 豚汁 キャベツの彩り酢物 納豆 牛乳	ご飯 食べるきのこ野菜のトーストスープ 五色なます 牛乳	
昼食	ご飯 みそ汁 チキンステーキ 小松菜の磯和え 漬物	《花まつり》 山菜おこわ・赤だし汁 赤魚の粕漬け焼き そら豆と新玉ねぎのお浸し 漬物	ご飯 スープ ささみチーズフライ もやしとにらぼん酢 漬物	ご飯 みそ汁 青菜とコーンのサラダ	ご飯 みそ汁 メバルの煮付け ほうれん草のお浸し 漬物	チャーハン スープ 菜の花の辛し和え	ご飯 みそ汁 白身フライ ひじきサラダ 漬物	
おやつ	いちごブッシュクリーム	よもぎ饅頭	オレンジゼリー	チョコバウム	カステラ	ハッピーバナナ	ヨーグルトケーキ	
夕食	ご飯 スープ 黒豚焼売 卵の花 コールスローサラダ	ご飯 清汁 豚肉のおろしたれ 冬瓜のかまかまあんかけ 白菜の生姜醤油和え	ご飯 清汁 鯖の塩焼き ポテの明太子和え デザート	ご飯 みそ汁 親子煮 里芋のおかか煮 春キャベツのサラダ	ご飯 みそ汁 三色丼 みそ汁 炒り豆腐	ご飯 清汁 ホキの照り焼き ラタウイユ さつま芋サラダ	ご飯 スープ 鶏肉の梅香焼き なすの柚子味噌田楽 春菊と干しエビお浸し	ご飯 スープ 鶏肉の梅香焼き なすの柚子味噌田楽 春菊と干しエビお浸し
成分	エネルギー 1,529 kcal 蛋白質 59.4 g 脂質 47.8 g 塩分 6.5 g	エネルギー 1,384 kcal 蛋白質 59.7 g 脂質 24.6 g 塩分 7.3 g	エネルギー 1,399 kcal 蛋白質 53.5 g 脂質 33.1 g 塩分 5.5 g	エネルギー 1,513 kcal 蛋白質 53.7 g 脂質 46.4 g 塩分 7.2 g	エネルギー 1,448 kcal 蛋白質 66.6 g 脂質 33.5 g 塩分 6.5 g	エネルギー 1,635 kcal 蛋白質 58.7 g 脂質 39.4 g 塩分 6.4 g	エネルギー 1,438 kcal 蛋白質 51.5 g 脂質 44.0 g 塩分 5.0 g	
	4月14日(日)	4月15日(月)	4月16日(火)	4月17日(水)	4月18日(木)	4月19日(金)	4月20日(土)	
朝食	ご飯 みそ汁 にしん甘露煮 きゅうりとわかめの酢の物 牛乳	ご飯 みそ汁 ベーコン入りスクランブル 切干大根和え物 牛乳	ご飯 みそ汁 ウインナーとキャベツのカレー炒め 京風春菊と湯葉の煮浸し 牛乳	食パン ビーンズチャウダー グリーンサラダ バナナ ヤクルト	ご飯 豚汁 いんげんのごま和え 納豆 牛乳	ご飯 みそ汁 たら煮付 小松菜と油揚げの煮浸し 牛乳	ご飯 食べるスープ豆乳味噌スープ ブロッコリーのお浸し 牛乳	
昼食	うどん 春野菜の天ぷら ゴボウサラダ	ご飯 みそ汁 ぶりの照焼き セロリとかぶのツナサラダ 漬物	ご飯 みそ汁 鶏肉の塩麹焼き ポテトサラダ 漬物	ご飯 清汁 さばの味噌煮 小葉菜のぼん酢サラダ 漬物	ご飯 みそ汁 上海焼きそば なすの中華風そぼろあん 杏仁豆腐	ご飯 みそ汁 豚肉ときのこの炒め煮 マカロニサラダ 漬物	雑穀米のキーマカレー チョップドサラダ 福神漬け	
おやつ	スイスバウム	やわらかおかしうす味	抹茶ブッシュクリーム	紅茶ケーキ	どら焼き	プリン	厚切りバウム	
夕食	ご飯 清汁 鮭のちゃんちゃん焼き 冬瓜の煮物 青菜とささみごま和え	ご飯 スープ 餃子 ひじきの炒り煮 ほうれん草のしらす和え	ご飯 清汁 青菜と干しエビの混ぜご飯 春おでん ツナとカリフラワーサラダ	ご飯 清汁 肉団子とかぶの煮物 糸こんにゃくの明太子炒め モロヘイヤのお浸し	ご飯 みそ汁 鶏の治部煮 白菜とさつま揚げ炒め煮 きのこのおろし和え	ご飯 みそ汁 ホキの香草焼き ふきとあさりの生姜煮 菜の花の山吹和え	ご飯 スープ 鶏のチリソース 新じゃがの煮物 デザート	
成分	エネルギー 1,501 kcal 蛋白質 59.3 g 脂質 52.4 g 塩分 7.2 g	エネルギー 1,479 kcal 蛋白質 59.1 g 脂質 47.6 g 塩分 6.9 g	エネルギー 1,415 kcal 蛋白質 58.4 g 脂質 45.7 g 塩分 6.3 g	エネルギー 1,486 kcal 蛋白質 53.7 g 脂質 42.1 g 塩分 7.4 g	エネルギー 1,587 kcal 蛋白質 69.1 g 脂質 53.6 g 塩分 6.6 g	エネルギー 1,446 kcal 蛋白質 64.9 g 脂質 36.9 g 塩分 6.5 g	エネルギー 1,571 kcal 蛋白質 52.9 g 脂質 43.2 g 塩分 7.3 g	
	4月21日(日)	4月22日(月)	4月23日(火)	4月24日(水)	4月25日(木)	4月26日(金)	4月27日(土)	
朝食	ご飯 豚汁 オクラの湯葉和え 納豆 牛乳	ご飯 みそ汁 ポトフ カリフラワーとほうれん草のお浸し 牛乳	ご飯 みそ汁 筑前煮 温泉卵 牛乳	食パン ポタージュ ほうれん草グラタン グリーンサラダ バナナ・ジョア	ご飯 みそ汁 ミートオムレツ 青菜と昆布のお浸し 牛乳	ご飯 みそ汁 豚肉と里芋の煮物 オクラなめ苺和え 牛乳	ご飯 食べるスープ肉団子と白菜の中華スープ キャベツの彩り酢物 牛乳	
昼食	ご飯 スープ かに玉 春キャベツ塩昆布和え 漬物	ご飯 清汁 焼きさばの甘酢たれ薬味のせ もやしの中華サラダ 漬物	ご飯 清汁 宮崎おひ天うどん 切り干し大根の日向夏和え プリン	ご飯 みそ汁 八宝菜 きのこのサラダ 漬物	ご飯 みそ汁 エビフライ かぶとぼたてのサラダ 漬物	ご飯 清汁 鶏肉と野菜甘酢あん 白菜と新玉ねぎのゆず和え 漬物	ご飯 赤だし汁 鮭の幽庵焼き 卵の花 漬物	
おやつ	チョコバウム	ミルクプリン	芋ようかん	ハッピーバナナ	やわらかおかし 砂糖醤油	厚切りバウム	グレープゼリー	
夕食	ご飯 スープ カレイのムニエル 大豆目煮 ほうれん草とひじきのゆず浸し	ご飯 スープ 鶏肉のハニーマスタード焼き 南瓜煮物 春キャベツのごま和え	ご飯 清汁 あじの南蛮漬け 里芋の煮物 小松菜のきのこ和え	雑穀米 けんちん汁 鯖の西京漬焼き タケノコとガンモの炊き合 春菊のゆず醤油和え	ご飯 スープ タンドリーチキン さつま芋の煮物 ニンジンラベ	ご飯 清汁 カレイの煮付け 茶碗蒸し デザート	ご飯 みそ汁 鶏の唐揚げ はすと白滝のピリ炒め ほうれん草ともやしナムル	
成分	エネルギー 1,590 kcal 蛋白質 63.0 g 脂質 51.9 g 塩分 6.1 g	エネルギー 1,588 kcal 蛋白質 60.3 g 脂質 57.2 g 塩分 6.0 g	エネルギー 1,354 kcal 蛋白質 54.0 g 脂質 32.7 g 塩分 7.4 g	エネルギー 1,562 kcal 蛋白質 65.4 g 脂質 52.9 g 塩分 6.9 g	エネルギー 1,557 kcal 蛋白質 52.4 g 脂質 49.3 g 塩分 6.2 g	エネルギー 1,504 kcal 蛋白質 55.3 g 脂質 40.9 g 塩分 6.6 g	エネルギー 1,489 kcal 蛋白質 64.7 g 脂質 38.7 g 塩分 6.1 g	
	4月28日(日)	4月29日(月)	4月30日(火)					
朝食	ご飯 みそ汁 目玉焼きとベーコン ほうれん草のお浸し 牛乳	ご飯 豚汁 オクラのわさび和え 納豆 牛乳	ご飯 みそ汁 オムレツきのこソース 五色なます 牛乳					
昼食	チキンカレー コールスローサラダ 福神漬け	ご飯 清汁 筍おこわ 鯖の生姜醤油焼き 豆腐のサラダ 漬物	ご飯 みそ汁 とんかつ わけぎとアサリのぬた 漬物					
おやつ	ヨーグルトケーキ	黒糖ケーキ	ぶどうムース					
夕食	《お刺身献立》 ご飯・みそ汁 肉豆腐 マグロのたたき 菜の花のごま和え	ご飯 スープ チキンのトマト煮 いかとおまめのパジルサラダ デザート	ご飯 スープ 麻婆豆腐 たけのこの土佐煮 ブロッコリー中華和え					
成分	エネルギー 1,484 kcal 蛋白質 58.0 g 脂質 44.1 g 塩分 6.3 g	エネルギー 1,586 kcal 蛋白質 73.1 g 脂質 46.4 g 塩分 5.8 g	エネルギー 1,462 kcal 蛋白質 55.6 g 脂質 41.5 g 塩分 7.1 g					

※ 仕入れ状況等の都合により献立を変更することがありますご了承ください。