4月　献立表

月	火	水	木	金
2　635Kcal ごはん 味噌汁 魚の照り焼き 酢の物 がんも煮付け	3　685Kcal ごはん 味噌汁 豚肉のカレー炒め マカロニサラダ えびしゅうまい	4　508Kcal おにぎり 山菜えび天うどん 酢味噌和え	5　663Kcal ごはん コンソメスープ ハンバーグ しらす和え ビーフンソテー	6　550Kcal えびピラフ コンソメスープ ブロッコリーサラダ
9　624Kcal ごはん 味噌汁 チキンピカタ(卵) 菜の花の和え物 白菜のクリーム煮	10　559Kcal ごはん 味噌汁 柚庵焼き もやしの酢の物 小松菜炒め	11　682Kcal おにぎり キムチラーメン(卵) 鶏唐揚げ	12　560Kcal ごはん コーンスープ 魚のムニエル 海藻サラダ 野菜のコンソメ煮	13　754Kcal ポークカレーライス コンソメスープ 菜の花のサラダ
16　512cal ごはん 味噌汁 魚煮 青菜の錦糸和え(卵) ひじきとごぼうの炒め煮	17　586Kcal ごはん はるさめスープ 八宝菜(たけのこ) 豆腐サラダ 里芋の煮付け	18　609Kcal おにぎり 味噌汁 焼きうどん いんげんのごま和え	19　676Kcal ごはん すまし汁 豚肉と青梗菜の炒め物 酢の物 きんちゃく煮	20　642Kcal 親子丼(卵) 味噌汁 青菜の和風和え
23　644Kcal ごはん 味噌汁 魚の塩焼き コールスローサラダ 切り干し大根の煮付け	24　638Kcal パン コンソメスープ チキンソテータルタルソース 南瓜のピーナッツ和え 大豆のトマト煮	25　530Kcal おにぎり 月見そば(卵) ブロッコリーのごま和え	26　586Kcal ごはん 味噌汁 オムレツきのこソース(卵) カニサラダ 卵の花炒り	27　722Kcal カツカレー コンソメスープ ビーフンサラダ