

れいわ8ねん4がつ メニューひょう

ひづけ	ようび	しゅしょく	しゅさい	ふくさい①	ふくさい②	しるもの
1	すい	ごはん	ポークソテー/オニオンソース	ごぼうサラダ	あつあげのもの	みそしる/なす・あぶらあげ
2	もく	ごはん	ハニーマスタードチキン	ハッシュドポテト	えだまめサラダ	えのきとにんじんのスープ
3	きん	ごはん	しゃけのみそづけやき	ひじきのもの	ほうれんそうのごまあえ	すまししる/みつば・かまぼこ・ふ
4	ど	ごはん	チキンカレー	コロッケ	グリーンサラダ	-
5	にち	おやすみ				
6	げつ	ごはん	とんかつ	うのはな	つけもの	みそしる/わかめ・たまねぎ
7	か	ごはん	てりやきチキン	なすのおろしぼんず	かぼちゃのもの	みそしる/もやし・しめじ
8	すい	ごはん	たらのねぎしおソース	じゃがいもとウインナーのマスタードあえ	はるまき	みそしる/だいこん・あぶらあげ・ねぎ
9	もく	ごはん	マーボーどうふ	はるさめサラダ	えびフリッター	こまつなとたまごのちゅうかスープ
10	きん	ごはん	とりにくのガーリックやき	マカロニグラタン	れんこんきんぴら	キャベツとにんじんのコンソメスープ
11	ど	しゃけのクリームパスタ	あげぱん	チキンナゲット	-	コーンスープ
12	にち	おやすみ				
13	げつ	ごはん	しろみざかなのフライ	きんぴらごぼう	にくだんご	みそしる/こまつな・はなふ
14	か	ごはん	ぶたキムチ	アスパラベーコン	きゅうりとわかめのすのもの	ワンタンスープ
15	すい	ごはん	ゆうりんち	チャプチェ	トマトペンネ	かきたまスープ
16	もく	ごはん	さばのみそに	こまつなのおひたし	ながいもときゅうりのぼえにくあえ	すまししる/みつば・かまぼこ・ふ
17	きん	ごはん	ぶたにくのしょうがやき	ささみチーズフライ	ふきとあぶらあげのもの	みそしる/ほうれんそう・にんじん
18	ど	おやすみ				
19	にち	おやすみ				
20	げつ	ごはん	とりにくのおこужやき	なすとあつあげのにくみそいため	トマトサラダ	みそしる/キャベツ・あぶらあげ
21	か	ごはん	しろみざかなのカレーふうみ	ピーマンのにくづめ	スパゲティサラダ	トマトスープ
22	すい	ごはん	ハンバーグ/わふうおろしソース	かぼちゃサラダ	やさいグリル	オニオンスープ
23	もく	ごはん	とりにくのくろこしょうやき	ぎょうざ	オムレツ	みそしる/わかめ・えのき
24	きん	ごはん	エビチリたまご	マーボナス	チヂミ	サンラータン
25	ど	やきそば	ウインナー	たまごやき	-	とんじる
26	にち	おやすみ				
27	げつ	ごはん	メンチカツ	キッシュ	すいぎょうざ	みそしる/とうふ・わかめ・ねぎ
28	か	ごはん	とりにくのからあげ/あまダレ	ポテトサラダ	キャベツとしめじのしおこんぶ	たまねぎ・にんじん・キャベツのスープ
29	すい	しょうわのひ				
30	木	ごはん	さわらのバジルソースやき	スパニッシュオムレツ	コールスローサラダ	ブロッコリーとウインナーのスープ