

日付		朝	昼	夕
4月27日	日	ご飯 ミニオムレツ 大根ときゅうりの甘酢漬け みそ汁（えのき・法菜）	ご飯 タラのカレー唐揚げ 菜の花の和え物 すまし汁（わかめ・玉子麩） オレンジゼリー	ご飯 すきやき風煮と焼き豆腐 じゃが芋と豚肉のレモンペッパー炒め 白菜とカニカマのゆかり和え
熱量/タンパク質/脂質		386 kcal/9.3 g/5.5g	493 kcal/18.5 g/8.8g	557 kcal/18.5 g/18.6g
4月28日	月	ご飯 鯖のつけ焼き 春雨の中華和え みそ汁（なめこ・白菜）	ご飯 鶏と卵の親子煮 野菜マリネ みそ汁（菜の花・高野豆腐） パイナップル	ご飯 揚出し豆腐とエビ焼売の白菜あん 筑前煮 うまい菜としめじの白和え
熱量/タンパク質/脂質		430 kcal/14.8 g/8.3g	490 kcal/17.0 g/12.1g	516 kcal/14.4 g/16.2g
4月29日	火	 ご飯 ツナと大根の煮物 大豆と人参のサラダ みそ汁（里芋・いんげん）	ご飯 カレーコロッセ 小松菜と赤カマの和え物 みそ汁（玉葱・さつま揚げ） プリン	ご飯 かれい西京焼とお好み焼き 豚肉と菜の花のさっと煮 コールスローサラダ
熱量/タンパク質/脂質		412 kcal/10.3 g/6.1g	538 kcal/15.3 g/13.6g	422 kcal/22.0 g/4.9g
4月30日	水	ご飯 南瓜の煮物 春菊とささみの和え物 コンソメスープ（カリフラワー・ソーセージ）	鶏ごぼうご飯 ホキ唐揚げのマリネ風 おくらとカニカマの和え物 みそ汁（ほうれん草・玉葱） フルーツカクテル	ご飯 かに玉と餃子の中華あん ツナ入り炒り豆腐 大根サラダ 
熱量/タンパク質/脂質		379 kcal/11.0 g/2.1g	580 kcal/21.9 g/15.6g	558 kcal/15.2 g/21.7g
5月1日	木	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質		#N/A	#N/A	#N/A
5月2日	金	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質		#N/A	#N/A	#N/A
5月3日	土	ご飯	ご飯	ご飯
熱量/タンパク質/脂質		#N/A	#N/A	#N/A

材料入荷の関係で献立が変更される場合がございます。あしからずご了解下さいませ。