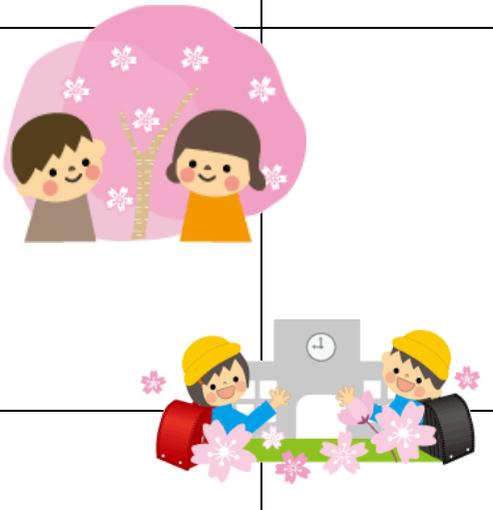
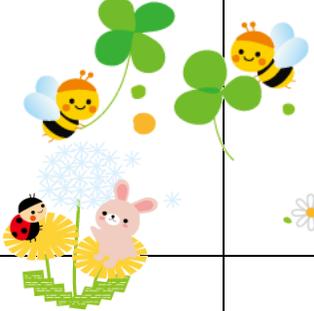


× ニ ュ ー 表

		4月 1日(水曜日)	4月 2日(木曜日)	4月 3日(金曜日)	4月 4日(土曜日)
		ご飯 肉団子の生姜煮 ほうれん草の炒め物 蓮根の土佐和え 味噌汁 514kcal	カレーライス オムレツ マカロニサラダ 漬物 544kcal	ご飯 鶏肉と大根の煮物 インゲンの炒め煮 カリフラワーの辛子和え 味噌汁 408kcal	ご飯 鱈のムニエル和風マスタードソース 馬鈴薯の煮物 サラダ 赤だし 499kcal
		紅茶ムース 66kcal	抹茶饅頭 100kcal	ドームケーキ(こしあん) 105kcal	オレンジゼリー 48kcal
4月 6日(月曜日)	4月 7日(火曜日)	4月 8日(水曜日)	4月 9日(木曜日)	4月 10日(金曜日)	4月 11日(土曜日)
ゆかりご飯 にゅうめん 竹輪のカレー揚げ 小松菜の胡麻和え 428kcal	ご飯 サバの柚子こしょう焼き ひじきの煮物 もやしと春菊の酢味噌和え 味噌汁 489kcal	菜の花と鶏肉の親子丼風 切干大根の炒め煮 白菜と水菜の香味和え 味噌汁 441kcal	ご飯 肉団子と野菜の和風煮 ピーマンとビーフンのソテー カリフラワーサラダ 赤だし 554kcal	ご飯 白身魚の西京焼き さつま芋の旨煮 菜の花の和え物 吸物 490kcal	散らし寿司 かぶの煮物 キャベツのお浸し 味噌汁 甘酢生姜 383kcal
きなこのパンケーキ 55kcal	栗ようかん 108kcal	りんごゼリー 49kcal	どら焼き(カスタード) 110kcal	やわらかおかき(えび) 42kcal	しっとり饅頭(吹雪) 70kcal

メニュー表

4月13日(月曜日)	4月14日(火曜日)	4月15日(水曜日)	4月16日(木曜日)	4月17日(金曜日)	4月18日(土曜日)
ご飯 和風ポトフ ピーマンの炒め煮 ブロッコリーサラダ 443kcal	ごまんま(青森県) 白身フライ 玉子ロール スナッフえんどうの和え物 味噌汁 527kcal	菜飯 きつねうどん がんもの煮物 ワカメの酢の物 404kcal	ご飯 プリの煮付け いんげんのごま炒め マカロニサラダ 味噌汁 504kcal	ご飯 豚と野菜の香味ソテー 高野豆腐の煮物 小松菜の和え物 味噌汁 549kcal	カレーライス 出汁巻き玉子 ごぼうサラダ 漬物  570kcal
たいやき(カスタード) 80kcal	マンゴープリン 37kcal	バームクーヘン 103kcal	抹茶パンケーキ 56kcal	もみじ饅頭 104kcal	メロンムース 69kcal
4月20日(月曜日)	4月21日(火曜日)	4月22日(水曜日)	4月23日(木曜日)	4月24日(金曜日)	4月25日(土曜日)
中華丼 蒸し茄子 青菜の和え物 スープ  403kcal	ご飯 鶏の天ぷら いんげんの和え物 味噌汁 フルーツ 472kcal	散らし寿司 ごぼうの炒め煮 小松菜のわさび和え 吸物 甘酢生姜 376kcal	ご飯 煮込みハンバーグ ジャーマンポテト 白菜サラダ 味噌汁 489kcal	菜飯 ちゃんらー(福岡県) ギョーザ キャベツ香味和え 520kcal	ご飯 鶏の韓国風煮 レンコンの煮物 ほうれん草の和え物 味噌汁 441kcal
バナナケーキ 83kcal	豆乳饅頭 96kcal	やわらかおかき(のり塩) 42kcal	いちごムース 65kcal	小倉ようかん 107kcal	ドームケーキ(カスタード) 116kcal
4月27日(月曜日)	4月28日(火曜日)	4月29日(水曜日)	4月30日(木曜日)		
ご飯 マーボー大根 春巻き 春菊の和え物 スープ 436kcal	ご飯 肉団子の酢豚風 ビーフン炒め インゲンのサラダ わかめスープ 544kcal	ご飯 サワラのさっぱり蒸し ごぼうの山椒煮 春雨サラダ 味噌汁  495kcal	ご飯 鶏肉の利休焼き 玉子とじ 白菜のゆかり和え 吸物 432kcal		
黒糖まんじゅう 115kcal	ぶどうゼリー 45kcal	どら焼き(抹茶) 118kcal	チョコバーム 105kcal		