

# 4月の献立

Sunday		Monday		Tuesday		Wednesday		Thursday		Friday		Saturday	
				<b>1</b>		<b>2</b>		<b>3</b>		<b>4</b>		<b>5</b>	
				玄米ご飯 魚(さば)の和風カレー煮 白和え かぼちゃのみそ汁  411kcal (3-5歳) 308kcal (1-2歳)		玄米ご飯 スパニッシュオムレツ カニカマサラダ もやしのみそ汁 グレープフルーツ  419kcal (3-5歳) 314kcal (1-2歳)		玄米ご飯(筍ご飯) 鶏肉の塩から揚げ トマト&きゅうり バナナ  401kcal (3-5歳) 301kcal (1-2歳)		玄米ご飯 魚(ぶり)の照り焼き 切干大根煮 ふのみそ汁  409kcal (3-5歳) 307kcal (1-2歳)			
<b>6</b>		<b>7</b>		<b>8</b>		<b>9</b>		<b>10</b>		<b>11</b>		<b>12</b>	
		玄米ご飯 茹で豚サラダ バターソテー かき玉汁 オレンジ 389kcal (3-5歳) 292kcal (1-2歳)		玄米ご飯 揚げ魚煮(キハダマグロ) ポテトサラダ すまし汁  341kcal (3-5歳) 256kcal (1-2歳)		玄米ご飯(鹿児島奄美 鶏飯) 大豆の甘辛揚げ きゅうりの浅漬け ヨーグルト  397kcal (3-5歳) 298kcal (1-2歳)		玄米ご飯 ロコモコ丼 和風マリネ スープ  387kcal (3-5歳) 290kcal (1-2歳)		玄米ご飯 高野豆腐と豚肉の煮物 フレンチサラダ かき玉汁 オレンジ 375kcal (3-5歳) 281kcal (1-2歳)			
<b>13</b>		<b>14</b>		<b>15</b>		<b>16</b>		<b>17</b>		<b>18</b>		<b>19</b>	
		玄米ご飯 焼き鳥風ソテー コールスローサラダ じゃがいものみそ汁 りんご 409kcal (3-4歳) 307kcal (1-1歳)		玄米ご飯 魚(さば)の和風カレー煮 白和え かぼちゃのみそ汁  411kcal (3-5歳) 308kcal (1-2歳)		玄米ご飯 スパニッシュオムレツ カニカマサラダ もやしのみそ汁 グレープフルーツ  419kcal (3-5歳) 314kcal (1-2歳)		玄米ご飯(ブタさんライス) 鶏肉の塩から揚げ トマト&きゅうり バナナ  412kcal (3-5歳) 309kcal (1-2歳)		玄米ご飯 魚(ぶり)の照り焼き 切干大根煮 ふのみそ汁  409kcal (3-5歳) 307kcal (1-2歳)			
<b>20</b>		<b>21</b>		<b>22</b>		<b>23</b>		<b>24</b>		<b>25</b>		<b>26</b>	
		玄米ご飯 茹で豚サラダ バターソテー かき玉汁 オレンジ 389kcal (3-5歳) 292kcal (1-2歳)		玄米ご飯 揚げ魚煮(キハダマグロ) ポテトサラダ すまし汁  341kcal (3-5歳) 256kcal (1-2歳)		玄米ご飯(鹿児島奄美 鶏飯) 大豆の甘辛揚げ きゅうりの浅漬け ヨーグルト  397kcal (3-5歳) 298kcal (1-2歳)		玄米ご飯 ロコモコ丼 和風マリネ スープ  387kcal (3-5歳) 290kcal (1-2歳)		玄米ご飯 高野豆腐と豚肉の煮物 フレンチサラダ かき玉汁 オレンジ 375kcal (3-5歳) 281kcal (1-2歳)			
<b>27</b>		<b>28</b>		<b>29</b>		<b>30</b>							
		玄米ご飯 焼き鳥風ソテー コールスローサラダ じゃがいものみそ汁 りんご 409kcal (3-4歳) 307kcal (1-1歳)				玄米ご飯 スパニッシュオムレツ カニカマサラダ 大根のみそ汁 グレープフルーツ 420kcal (3-5歳) 315kcal (1-2歳)							

★食材の関係で、予告なくメニューが変わることがあります。