

2022年4月

完了		
日付	午前食	午後食
5 (火)	豚丼 (米・豚肉・玉ねぎ・人参・醤油・砂糖・ごま油) スープ (ごまつな・コーン・コンソメ) ミモザサラダ (ブロッコリー・きゅうり・ツナ・卵・マヨネーズ) オレシジ	牛乳 ごまクッキー (無塩バター・砂糖・小麦粉・牛乳・黒ごま)
6 (水)	軟飯 すまし汁 (大根・人参・ねぎ・かつお昆布だし・醤油) 鮭の西京焼き (鮭・みりん・酒・砂糖・味噌) 納豆のり和え (ひきわり納豆・チンゲン菜・人参・ごま油・砂糖・醤油)	牛乳 和風スパゲティ (スパゲティ・ツナ・キャベツ・玉ねぎ・酒・みりん・醤油・コンソメ)
7 (木)	中華丼 (米・豚肉・白菜・玉ねぎ・人参・もやし・えのき・ごま油・酒・みりん・鶏がら・醤油・片栗粉) スープ (豆腐・ねぎ・鶏がら・醤油) キャベツとトマトのごまだれサラダ (キャベツ・トマト・きゅうり・ねりごま・すりごま・砂糖・醤油・マヨネーズ・ごま油)	牛乳 フレンチトースト (食パン・卵・牛乳・砂糖・無塩バター)
8 (金)	みそうどん (うどん・豚ひき肉・もやし・人参・ねぎ・生姜・ごま油・醤油・砂糖・味噌・鶏がら・かつお昆布だし) 鉄骨サラダ (ひじき・人参・しらす・コーン・砂糖・酢・ごま油・醤油・マヨネーズ) バナナ	牛乳 コーンフレーク
9 (土)	ミートドリア (米・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・無塩バター・ケチャップ・コンソメ・砂糖・バター・小麦粉・牛乳・チーズ) スープ (玉ねぎ・チンゲン菜・コンソメ) ココロサラダ (大根・きゅうり・人参・コーン・砂糖・酢・醤油・油)	牛乳 ホットケーキ (ホットケーキ粉・卵・牛乳)
11 (月)	ロールパン クリームシチュー (鶏もも肉・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・バター・小麦粉・牛乳・コンソメ) スペイン風オムレツ (じゃがいも・ほうれん草・玉ねぎ・卵・チーズ・油・牛乳・コンソメ) りんご	牛乳 韓国風まぜごはん (米・豚ひき肉・人参・生姜・醤油・酒・砂糖・ごま油・きゅうり)
12 (火)	軟飯 むらくも汁 (豆腐・人参・ほうれん草・卵・かつお昆布だし・醤油・酒・片栗粉) サバのごまみそ焼き (さば・すりごま・砂糖・みりん・醤油・味噌) かぼちゃサラダ (かぼちゃ・きゅうり・人参・チーズ・マヨネーズ)	牛乳 カップケーキ (ホットケーキ粉・砂糖・卵・牛乳・油)
13 (水)	軟飯 みそ汁 (大根・なす・かつお昆布だし・味噌) からあげ (鶏もも肉・生姜・酒・みりん・醤油・鶏がら・片栗粉・油) ブロッコリーのおかか和え (ブロッコリー・人参・かつお節・砂糖・醤油・ごま油)	牛乳 マカロニきなこ (マカロニ・きな粉・砂糖)
14 (木)	焼肉丼 (米・豚肉・醤油・味噌・酒・砂糖・ごま・生姜・ねぎ・ピーマン・ごま油) はるさめスープ (はるさめ・白菜・玉ねぎ・人参・鶏がら・醤油) もやしとツナの中華サラダ (もやし・きゅうり・人参・ツナ・鶏がら・醤油・砂糖・酢・ごま油) オレシジ	牛乳 ジャムサンド (食パン・いちごジャム)
15 (金)	焼きうどん (うどん・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし・ごま油・砂糖・醤油) かきたまスープ (卵・鶏がら・醤油) レンコンサラダ (レンコン・大根・きゅうり・すりごま・ごま・マヨネーズ・醤油・砂糖・ごま油・かつお節)	牛乳 のりのりポテト (じゃがいも・油・あおのり)
16 (土)	肉みそそばろ丼 (米・豚ひき肉・ねぎ・人参・エリンギ・砂糖・みりん・酒・味噌・醤油) ※旬抜き スープ (玉ねぎ・小松菜・鶏がら・醤油) りんごサラダ (りんご・キャベツ・きゅうり・人参・砂糖・酢・油)	牛乳 豆乳マフィン (ホットケーキ粉・卵・砂糖・豆乳・油・バター)
18 (月)	チャーハン (米・玉ねぎ・人参・ピーマン・卵・鶏がら・醤油・ごま油) スープ (豆腐・チンゲン菜・鶏がら・醤油) つくね焼き (鶏ひき肉・豚ひき肉・ねぎ・人参・生姜・砂糖・酒・みりん・醤油・片栗粉) 三色ナムル (もやし・人参・小松菜・すりごま・砂糖・醤油・ごま油・酢)	牛乳 ぶどうゼリー ハイハイ
19 (火)	鶏けんちんうどん (うどん・鶏もも肉・大根・人参・ねぎ・小松菜・里芋・かつお昆布だし・みりん・酒・醤油・片栗粉) じゃが芋の磯部揚げ (じゃが芋・米粉・あおのり) バナナ	牛乳 鮭ピラフ (米・コンソメ・鮭・玉ねぎ・いんげん・コーン・バター・醤油)
20 (水)	軟飯 みそ汁 (もやし・キャベツ・かつお昆布だし・味噌) カジキのバターてりやき (カジキ・酒・小麦粉・無塩バター・醤油・みりん・砂糖) ひじきの五目煮 (ひじき・人参・大豆水煮・きぬさや・かつお昆布だし・砂糖・みりん・酒・醤油)	牛乳 フルーツヨーグルト (無糖ヨーグルト・グラニュー糖・バナナ・みかん缶) クラッカー
21 (木)	コッペパン コーンスープ (クリームコーン・玉ねぎ・無塩バター・小麦粉・牛乳) ミートローフ (豚ひき肉・玉ねぎ・人参・生姜・パン粉・牛乳・ケチャップ) キュービックサラダ (きゅうり・大根・人参・チーズ・マヨネーズ) りんご	牛乳 さつまいもケーキ (ホットケーキ粉・牛乳・油・さつまいも)
22 (金)	マーボー丼 (米・豚ひき肉・豆腐・ねぎ・人参・生姜・砂糖・味噌・醤油・鶏がら・片栗粉・ごま油) わかめスープ (わかめ・ごま・鶏がら・醤油) パンサンデー (はるさめ・きゅうり・人参・砂糖・酢・醤油・ごま油)	牛乳 お好み焼き (小麦粉・キャベツ・ねぎ・豚肉・卵・かつお節・あおのり・マヨネーズ)
23 (土)	マカロニグラタン (マカロニ・鶏もも肉・玉ねぎ・しめじ・コーン・バター・小麦粉・牛乳・コンソメ・チーズ・パン粉) スープ (玉ねぎ・人参・コンソメ) コールスロー (キャベツ・人参・きゅうり・酢・砂糖・油)	牛乳 マンナビスケット ハイハイ
25 (月)	軟飯 みそ汁 (麩・かつお昆布だし・味噌) すき焼き風煮 (豚肉・豆腐・玉ねぎ・ねぎ・えのき・人参・きぬさや・かつお昆布だし・みりん・砂糖・醤油) さつまいもてんぷら (さつまいも・米粉・油) オレシジ	牛乳 蒸しパン (小麦粉・ベーキングパウダー・卵・砂糖・牛乳・油・バター)
26 (火)	食パン スープ (玉ねぎ・人参・コンソメ) 鮭のクリーム焼き (鮭・玉ねぎ・しめじ・コーン・ほうれん草・バター・小麦粉・牛乳・チーズ) さっぱりサラダ (キャベツ・きゅうり・人参・酢・砂糖・油)	牛乳 そぼろ軟飯 (米・豚ひき肉・醤油・味噌・砂糖)
27 (水)	ツナナポリタン (スパゲティ・ツナ・玉ねぎ・人参・ピーマン・バター・ケチャップ・コンソメ・砂糖) スープ (チンゲン菜・玉ねぎ・コンソメ) ブロッコリーのおかか和え (ブロッコリー・人参・キャベツ・かつお節・醤油・砂糖・酢・ごま油)	牛乳 じゃがいものチーズ焼き (じゃがいも・砂糖・片栗粉・牛乳・ピザチーズ・油)
28 (木)	たきこみ軟飯 (米・豚肉・しめじ・人参・生姜・ごま油・みりん・砂糖・醤油) スープ (ねぎ・わかめ・鶏がら・醤油) ハンバーグ (豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・パン粉・牛乳) きゅうりと人参のサラダ (きゅうり・人参・酢・砂糖・醤油・ごま油) オレシジ	牛乳 きなこ軟飯 (米・きな粉・砂糖)
30 (土)	うどん (うどん・大根・ねぎ・人参・かつお昆布だし・みりん・酒・醤油) チキンサラダ (鶏ささみ・きゅうり・人参・もやし・マヨネーズ・すりごま・ごま油・醤油) バナナ	牛乳 おやさいリング アンパンマンビスケット