

献立予定表(4月度)

		日曜日	月曜日 4月1日	火曜日 4月2日	水曜日 4月3日	木曜日 4月4日	金曜日 4月5日	土曜日 4月6日
朝	主食			ごはん・ホテルパン	ビザトースト	ごはん・コーンパン	ごはん・食パン	チョコフレーク・ごはん
	主菜			納豆・温泉卵	マカロニサラダ	チキンナゲット	厚焼き卵	スクランブルエッグ・サラダ
	副菜			味噌汁	コンソメスープ	味噌汁	味噌汁	コンソメスープ
				牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼	Kcal			597	522	623	615	535
	主食			ごはん	チキンカレー	ごはん	ごはん	わかめごはん
	主菜			魚のフライタルソース	サラダバイキング	鶏天	豚肉の生姜焼き	塩ラーメン
	副菜			大根の煮物	デザート	もりもりサラダ	ひじきの煮物	タコの唐揚げ
夕	Kcal			1058	1298	1222	1038	957
	主食		ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	主菜		ホークステーキ	肉団子と野菜のスープ	ホイヨーロー	ロールキャベツ	魚のピリからフル	八宝菜
	副菜		ペペロンチーノ	メンチカツ	えびチリ	アジフライ	金平ごぼう・和え物	春巻き
夜食	Kcal							
献立のロー		0	998	1085	1077	1039	1093	1255
夜食		うどん	親子丼	うどん	唐揚げ丼	焼肉丼	カレーライス	ハンバーガー
		4月7日	4月8日	4月9日	4月10日	4月11日	4月12日	4月13日
朝	主食	ごはん	クロワッサン・ごはん	ごはん・ホテルパン	ガーリックトースト	ごはん・コーンパン	ごはん・ホットケーキ	チーズ蒸しパン
	主菜	目玉焼き	ウインナー	鮭の塩焼き	ポテトサラダ	納豆・温泉卵	八幡巻	ハッシュドポテト
	副菜	味噌汁	コンソメスープ	かきたま汁	コンソメスープ	味噌汁	味噌汁	コンソメスープ
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼	Kcal	588	575	637	550	613	677	540
	主食	入学式	入寮式	ごはん	ウインナーカレー	麦飯・とろろ	オムライス	ゆかりごはん
	主菜			豚肉のねぎ焼	サラダバイキング	鮭の塩焼き	かにクリームコロッケ	肉うどん
	副菜			マヨキムチ	デザート	揚げ出し豆腐	コンソメスープ	磯辺揚げ
夕	Kcal			1088	1387	1002	1254	930
	主食	ごはん	ごはん	そばろごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ハヤシライス
	主菜	ビーフステーキ	白身魚の卵あんかけ	鶏の塩なべ	チンジャオロース	唐揚げ	煎餅	カルボナーラサラダ
	副菜	フライドポテト・人参グラッセ	肉じゃが	野菜コロッケ	さつまいもの甘煮	麻婆春雨	餃子	
夜食	Kcal							
献立のロー		1250	1000	1258	1027	1258	1238	1238
夜食		うどん	親子丼	うどん	唐揚げ丼	焼肉丼	カレーライス	ハンバーガー
		4月14日	4月15日	4月16日	4月17日	4月18日	4月19日	4月20日
朝	主食	サケ茶漬け	クロワッサン・ごはん	ごはん・ホテルパン	卵ビザトースト	ごはん・コーンパン	ごはん・食パン	コーンフレーク・ごはん
	主菜		フルーチェ	ツナマヨ	スパゲティ・サラダ	鮭の塩焼き	納豆・温泉卵	ジャーマンポテト
	副菜	ゆで卵・白菜漬	コンソメスープ	赤だし	コンソメスープ	豚汁	味噌汁	コンソメスープ
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼	Kcal	580	563	687	531	623	615	577
	主食	牛丼	ごはん	ごはん	ビーフカレー	ごはん	ごはん	シャケ卵飯
	主菜		ハンバーグ	豚肉と卵の炒め	サラダバイキング	ベーコンマカロニグラタン	魚のホイル焼き	とんこつラーメン
	副菜	味噌汁	ビッグウインナー	かぼちゃのそぼろ煮	デザート	フライドチキン	卵豆腐	しゅうまい
夕	Kcal			1069	1233	1033	1220	1155
	主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	主菜	タンダーリーチキン	雑魚飯	豚しゃぶ鍋風	鮭のバター醤油	ポークチャップ	食育の日	ごはん
	副菜	ミニグラタン	鶏軟骨揚げ	冷奴	鶏肉レモンバジル風味	野菜ソテー		チキンクリームシチュー
夜食	Kcal							
献立のロー		1077	1039	1005	1073	1029		1157
夜食		2726	2835	2725	2824	2807	1653	2798
		うどん	親子丼	うどん	唐揚げ丼	焼肉丼	カレーライス	ハンバーガー
		4月21日	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日	4月27日
朝	主食	セレクトモーニング	クロワッサン・ごはん	ごはん・ホテルパン	きなこトースト	ごはん・コーンパン	ごはん・ホットケーキ	サンドイッチ
	主菜		ハム・チーズ	厚焼き卵	ポテトサラダ	納豆・温泉卵	さわらの西京焼	ハッシュドポテト
	副菜		コンソメスープ	にゅうめん	コンソメスープ	味噌汁	かき玉汁	コンソメスープ
			牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼	Kcal			555	689	698	621	650
	主食	豚丼	ごはん	ごはん	チーズカレー	炒飯	ごはん	菓飯
	主菜		チキンカツ	ハマチ照焼き	サラダバイキング	ミニラーメン	ポークピカタ	のっぺいうどん
	副菜	清まし汁	長芋ボン酢	なすびの揚げ浸し	デザート	サラダ	ナポリタン	アイミー
夕	Kcal			1100	1118	1170	1288	1087
	主食	ごはん	郷土料理	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	主菜	赤魚の天ぷら		焼肉	麻婆豆腐	チキン南蛮	さんまフライ	鶏肉のにんにくはちみつ焼
	副菜	ミニおでん		タコキムチ	春巻き	煮物	筑前煮	もち巾着
夜食	Kcal							
献立のロー		1138	1873	1078	1190	1177	1083	1027
夜食		2238	2761	2937	3176	2885	2855	2559
		うどん	親子丼	うどん	唐揚げ丼	焼肉丼	カレーライス	ハンバーガー
		4月28日	4月29日	4月30日				
朝	主食	ごはん	クロワッサン・ごはん	ごはん・ホテルパン				
	主菜	目玉焼き	フルーツ盛り合わせ	ウインナー・ゆで卵				
	副菜	味噌汁	コンソメスープ	味噌汁				
		牛乳	牛乳	牛乳				
昼	Kcal	560	570	667				
	主食	えびとじ丼	ごはん	ごはん				
	主菜		鶏肉さっぱり大根	キムチ入りチゲ鍋風				
	副菜	中華スープ	だし巻玉子	ショーロンボク				
夕	Kcal	1125	1071	1000				
	主食	サフランライス	ごはん	ごはん				
	主菜	ビーフシチュー	ミネストローネ	魚の塩焼き				
	副菜	カルボナーラサラダ	牛肉コロッケ	焼そば				
夜食	Kcal							
献立のロー		1280	1120	1158				
夜食		2965	2761	2825	0	0	0	0
		うどん	親子丼	うどん	唐揚げ丼	焼肉丼	カレーライス	ハンバーガー
朝	主食							
	主菜							
	副菜							
昼	Kcal							
	主食							
	主菜							
	副菜							
夕	Kcal							
	主食							
	主菜							
	副菜							
夜食	Kcal							