

献立予定表(4月度)

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	4月1日	4月2日	4月3日	4月4日	4月5日	4月6日	
朝	主食	ごはん・ホテルパン	ビザーストート	ごはん・コンパン	ごはん・食パン	チヨコフレーク・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	
	Kcal	597	522	623	615	535	
星	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	ももりサラダ	ひじきの煮物	タコの唐揚げ	
		辛子和え	牛乳	ワンタンスープ	れんこんのささみ揚げ		
	Kcal	1058	1298	1222	1038	957	
夕	主食	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	
	主菜	ポークステーキ	肉団子と野菜のスープ	ホイコーロー	ロールキャベツ	魚のピリからフ	
	副菜	ペペローチーノ	メンチカツ	えびチリ	アヒージョ	金平ごぼう・和え物	
		ブロッコリー・サラダ	サラダ	海藻・サラダ	サラダ	若竹汁	胡麻团子
	Kcal	998	1085	1077	1039	1093	1255
	総カロリー	0	2740	2897	2884	2746	2747
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・コンパン	ごはん・ホットケーキ
	主菜	目玉焼き	ウインナー	鮭の塩焼き	ボテド・サラダ	納豆・温泉卵	チーズ蒸しパン
	副菜	味噌汁	コーンスープ	かきたま汁	コンソメスープ	味噌汁	ハッシュド・ポテト
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	Kcal	588	575	637	550	613	677
	総カロリー	1838	1575	2983	2964	2873	3169
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	卵ビザーストート	ごはん・コンパン	ごはん・食パン
	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	チヨコフレーク・ごはん
	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	ジャーマン・ポテト
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	Kcal	580	563	687	531	623	615
	総カロリー	2726	2835	2725	2824	2807	1653
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	きなこースト	ごはん・コンパン	ごはん・ホットケーキ
	主菜	ハム・チーズ	厚焼き卵	ボテトサラダ	納豆・温泉卵	さわらの西京焼	サンドイッチ
	副菜	コーンスープ	にゅうめん	コンソメスープ	味噌汁	かき玉子	ハッシュド・ポテト
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	Kcal	555	689	698	621	650	588
	総カロリー	2238	1672	2937	3176	2885	2855
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28日	4月30日					
星	主食	豚丼	ごはん	ごはん	チーズカレー	炒飯	ごはん・葉飯
	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	ホーキビカタ	のっべいうどん
	副菜	清ま汁	長芋ポン酢	なすの揚げ浸し	デザート	ナボリタン	アイミー
			ツナじゃが	穀豆和え	牛乳	トマトと雑魚のサラダ	
	Kcal	1100	1118	1170	1288	1087	1122
	総カロリー	1077	1039	1005	1073	1029	1157
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
星	主食	豚丼	ごはん	ごはん	チキンカツ	炒飯	ごはん・葉飯
	主菜	タンドリーチキン	鯛の塩焼き	サラダバイキング	ミニラーメン	ホーキビカタ	のっべいうどん
	副菜	ミニグラタン	鰯骨骨揚げ	冷奴	デザート	ナボリタン	アイミー
			味噌汁	野菜ソテー	牛乳	トマトと雑魚のサラダ	
	Kcal	1069	1233	1033	1220	1155	1038
	総カロリー	2726	2835	2725	2824	2807	1653
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
夕	主食	牛丼	ごはん	ごはん	ビーフカレー	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	ベーコンマカラニグラン	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	卵豆腐	しゃうまい
			コーンソテー	三色和え	牛乳	もりもりサラダ	
	Kcal	580	563	687	531	623	615
	総カロリー	2726	2835	2725	2824	2807	1653
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	卵ビザーストート	ごはん・コンパン	ごはん・食パン
	主菜	ハム・チーズ	厚焼き卵	ボテトサラダ	納豆・温泉卵	さわらの西京焼	ハッシュド・ポテト
	副菜	コーンスープ	にゅうめん	コンソメスープ	味噌汁	かき玉子	コンソメスープ
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	Kcal	555	689	698	621	650	588
	総カロリー	2726	2835	2725	2824	2807	1653
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
星	主食	豚丼	ごはん	ごはん	チーズカレー	炒飯	ごはん・葉飯
	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	ホーキビカタ	のっべいうどん
	副菜	清ま汁	長芋ポン酢	なすの揚げ浸し	デザート	ナボリタン	アイミー
			ツナじゃが	穀豆和え	牛乳	トマトと雑魚のサラダ	
	Kcal	1100	1118	1170	1288	1087	1122
	総カロリー	2238	1672	2937	3176	2885	2550
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	ごはん	クロワッサン・ごはん	ごはん・ホテルパン	きなこースト	ごはん・コンパン	ごはん・食パン
	主菜	目玉焼き	フルーツ盛り合わせ	ウインナー・ゆで卵	ナボリタン	納豆・温泉卵	チヨコフレーク・ごはん
	副菜	味噌汁	コンソメスープ	味噌汁	ナボリタン	味噌汁	ハッシュド・ポテト
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	Kcal	560	570	667			
	総カロリー	2238	1672	2937	3176	2885	2550
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
星	主食	えびとじ丼	ごはん	ごはん	チーズカレー	炒飯	ごはん・葉飯
	主菜	中華スープ	鶏肉さっぱり大根	キムチ入りチゲ鍋風	ミニラーメン	ホーキビカタ	のっべいうどん
	副菜	味噌汁	だし巻玉子	ショーロンボウ	サラダ	ナボリタン	アイミー
			味噌汁	和え物	サラダ	トマトと雑魚のサラダ	
	Kcal	1125	1071	1000			
	総カロリー	2238	1672	2937	3176	2885	2550
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
夕	主食	ごはん	クロワッサン・ごはん	ごはん・ホテルパン	きなこースト	ごはん・コンパン	ごはん・食パン
	主菜	目玉焼き	フルーツ盛り合わせ	ウインナー・ゆで卵	ナボリタン	納豆・温泉卵	チヨコフレーク・ごはん
	副菜	味噌汁	コンソメスープ	味噌汁	ナボリタン	味噌汁	ハッシュド・ポテト
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	Kcal	560	570	667			
	総カロリー	2238	1672	2937	3176	2885	2550
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	主食	主食	主食	主食	主食	主食
	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜
	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜
	Kcal						
	総カロリー						
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
星	主食	主食	主食	主食	主食	主食	主食
	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜
	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜
	Kcal						
	総カロリー						
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
夕	主食	主食	主食	主食	主食	主食	主食
	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜
	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜
	Kcal						
	総カロリー						
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