

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	4月7日
朝食		ごはん 納豆 温泉卵 キムチスープ 牛乳	ごはん クリームパン 八幡巻き 鮭フレーク 味噌汁 牛乳	ホットドッグ ごはん フルーツポンチ コンソメスープ 牛乳	ごはん バターロール 肉団子と野菜のスープ フルーツ 牛乳	カレーパン ごはん ハッシュドポテト ヨーグルト 中華スープ 牛乳	ごはん コーンブレッド 温泉卵 ミニハンバーグ 味噌汁 牛乳
		742	785	462	655	547	637
	高校生入寮式	ごはん サバの味噌煮 肉じゃが わらび餅 すまし汁	ごはん 豚肉の生姜焼き 厚揚げの煮物 ごぼうサラダ	キーマカレー サラダバイキング デザート 牛乳	ごはん チキンカツ 湯豆腐 コーングラッセ	チャーハン 八宝菜 サラダバイキング 桃の杏仁豆腐	ホイコーロー丼 漬物 わかめスープ
		1251	1148	1058	1644	979	1099
	ごはん からあげ ナポリタン ポテトサラダ コーンスープ ゼリー	ごはん ポトフ トマトコロッケ 付け野菜	ごはん タンドリーチキン レタスと卵の炒め物 大根サラダ	ごはん トマト鍋 ハムカツ 付け野菜	ごはん 焼きそば 軟骨の唐揚げ サラダバイキング	ごはん グリルチキン ウィンナー レンコンの炒め物	ごはん 魚の野菜あんかけ 肉豆腐 ササミと胡瓜のサラダ
総カロリー	1461	1161	1299	1171	945	1199	1105
	1461	3154	3232	2691	3244	2725	2841
夜食							
	4月8日	4月9日	4月10日	4月11日	4月12日	4月13日	4月14日
朝食	チーズ蒸しパン ごはん スクランブルエッグ 中華スープ 牛乳	おにぎり 豚汁 ゼリー 牛乳	ごはん あんパン サバの塩焼き 厚焼き卵 味噌汁 牛乳	フレンチトースト ごはん ジャーマンポテト コンソメスープ 牛乳	ごはん バターロール ミネストローネ フルーツ 牛乳	ホワイトデニッシュショコラ ごはん フランクフルト 卵スープ ヨーグルト 牛乳	ごはん チーズパン 納豆 照り焼きチキン 味噌汁 牛乳
	441	566	779	373	705	620	669
	入寮式 ごはん 醤油ラーメン 揚げ餃子 ふりかけ	入学式(特別定食) 鯛めし 天ぷら盛り合わせ 茶碗蒸し 和え物 すまし汁・デザート	ごはん ミートスパゲティ エビフライ 付け野菜 野菜ジュース	こくまるカレー サラダバイキング デザート 牛乳	ごはん チンジャオロース ごま団子 中華和え	オムライス コーンコロッケ 付け野菜 コンソメスープ	ごはん 月見うどん 鶏天 ふりかけ
	1058	1257	1490	1161	1015	951	1110
	ごはん チーズハンバーグ ウィンナー フライドポテト コーンスープ オレンジ	ごはん ビーフシチュー ヒレカツ 付け野菜	ごはん チキン南蛮 里芋の煮物 タコキムチ	ごはん ごまみそ鍋 牛肉コロッケ 付け野菜	牛飯 サバの塩焼き ビーフンソテー ポテトサラダ 味噌汁	ごはん クリームシチュー ミニピザ 付け野菜	ハヤシライス サラダバイキング デザート
総カロリー	1068	1103	1229	1324	1253	1281	1175
	2567	2926	3498	2858	2973	2852	2954
夜食							
	4月15日	4月16日	4月17日	4月18日	4月19日	4月20日	4月21日
朝食	コーンフレーク ごはん スペイン風オムレツ 豆スープ 野菜ジュース	モーニングカレー 漬物 牛乳	ごはん ごはん 豚肉の角煮 ちりめんじゃこ 味噌汁 牛乳	ハンバーガー ごはん フルーツ コンソメスープ 牛乳	ごはん バターロール クリームシチュー フルーツ 牛乳	揚げパン ごはん ポテトカッパグラタン わかめスープ ヨーグルト 牛乳	ごはん 穀物ロール 温泉卵 ウィンナー 味噌汁 牛乳
	598	826	681	443	800	495	760
	親子あんかけ丼 漬物 味噌汁	ごはん グラタン フライドチキン 中華スープ	食育 豆ごはん 鮭の幽庵焼き アスパラガスの炒め物 春キャベツの和え物 味噌汁 桜餅	ジャワカレー サラダバイキング デザート 牛乳	とろろごはん 魚の照り焼き 肉じゃが ほうれん草の胡麻和え	ごはん 豚肉のキムチ炒め さつま芋の甘煮 白菜のポン酢和え	ごはん 塩ラーメン 小龍包 ふりかけ
	1021	1112	1039	1304	1001	1446	1280
	ごはん 水餃子 肉まん 付け野菜	ごはん すき焼き風 うどん 温泉卵 サラダバイキング	ごはん とんかつ ひじき煮 スパゲティサラダ	ごはん チゲ鍋 かぼちゃコロッケ 付け野菜	ごはん 鶏天 切干大根の煮物 枝豆	特食	ごはん 白身魚のフライ レンコンの煮物 ナムル
総カロリー	1125	1411	1110	1328	1571		1122
	2744	3349	2830	3075	3372	1941	3162
夜食							
	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日	4月27日	4月28日
朝食	ホットケーキ ごはん ベーコンエッグ ポタージュ 牛乳	そばろ茶漬け 厚焼き卵 漬物 牛乳	ごはん レーズンブレッド つくねの照り焼き 鮭フレーク 味噌汁 牛乳	シュガートースト ごはん スコッチエッグ コンソメスープ 牛乳	ごはん バターロール ポトフ フルーツ 牛乳	さくふわメロンパン ごはん アメリカンドッグ わかめスープ ヨーグルト 牛乳	ごはん ミニフランス 納豆 だし巻き卵 味噌汁 牛乳
	657	646	685	507	647	660	645
	ビビンバ丼 温泉卵 中華スープ	わかめごはん 鮭のホイル焼き 揚げ出し豆腐 サラダバイキング 豚汁	ごはん カルボナーラ チキンナゲット 付け野菜 ジュース	チーズカレー サラダバイキング デザート 牛乳	ごはん 豚肉と卵の炒め物 餅巾着 ゆかり和え	ピラフ カニクリームコロッケ 付け野菜 中華スープ	ごはん ちゃんぽん 焼売 ふりかけ
	972	962	1692	1279	1267	842	984
	ごはん 豚肉と豆腐の旨煮 肉じゃがコロッケ 付け野菜	ごはん からあげ 五目煮 ミモザサラダ	鶏飯 メンチカツ 付け野菜	ごはん 麻婆豆腐 春巻き 付け野菜	ごはん 煮込みハンバーグ じゃが芋のグラッセ コールスローサラダ	ごはん サバの竜田揚げ 豚バラ大根 オニオンボン酢 味噌汁	ごはん 鶏肉のにんにく醤油焼き ジャーマンポテト マカロニサラダ
総カロリー	1237	1253	972	1132	993	1171	1224
	2866	2861	3349	2918	2907	2673	2853
夜食							
	4月29日	4月30日					
朝食	コッペパン(ジャム＆マーガリン) ごはん オムレツ コーンスープ 牛乳	ごはん 納豆 温泉卵 韓国風スープ 牛乳					
	633	777					
	中華丼 漬物 卵スープ	ごはん ブルコギ風 大学芋 ハムと胡瓜の和え物					
	946	1467					
	ごはん ミネストローネ チキンのオープン焼き 付け野菜	ごはん カレー鍋 うどん サラダバイキング					
総カロリー	1142	1305					
	2721	3549					
夜食							
朝食							
昼食							
夕食							
総カロリー	0	0	0	0	0	0	0
夜食							

☆献立について☆

◆朝食

・毎週月曜日・火曜日・木曜日・土曜日は**ご飯の日**！！
ご飯食に合わせたおかずとなっております。

・毎週日曜日・水曜日・金曜日は**パンの日**！！
パン食に合わせたおかずとなっております。