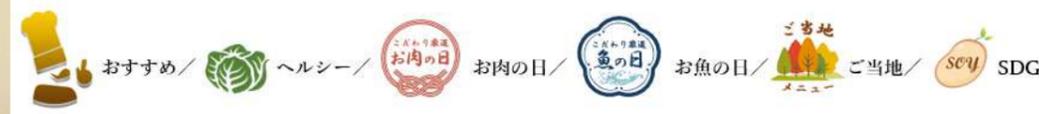


Weekly Menu



4月

	3月29日(日)	3月30日(月)	3月31日(火)	4月1日(水)	4月2日(木)	4月3日(金)	4月4日(土)
朝食	御飯 炒り豆腐 ブロッコリーのドレッシング和え 納豆 味噌汁	御飯 ハムと野菜の塩炒め 和風サラダ 漬物 味噌汁	パン スクランブルエッグ 千切り野菜サラダ 白菜スープ 牛乳	麦御飯 とろろ芋 ベーコンと野菜の炒め物 グリーンサラダ 味噌汁	パン 野菜のチーズ焼き ミックスサラダ コンソメスープ ヨーグルト	御飯 ジャーマンポテト 盛合わせサラダ たいみそ 味噌汁	御飯 炒り卵 マカロニサラダ ふりかけ 味噌汁
	エネルギー 491 kcal	エネルギー 402 kcal	エネルギー 395 kcal	エネルギー 386 kcal	エネルギー 451 kcal	エネルギー 414 kcal	エネルギー 461 kcal
昼食	御飯 鶏もも肉の柚庵焼き 五目金平 小松菜のしらす和え 味噌汁 ヨーグルト	御飯 豚肉のごまだれかけ がんもの煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁 フルーツ	海鮮あんかけうどん 三色玉子焼き ブロッコリーの辛子和え フルーツゼリー	蒸し鶏と卵の ロールパンサンド かぶのコンソメ煮 フレンチサラダ ミルクスープ フルーツ	～お花見御膳～ 桜御飯 鶏天と野菜の天ぷら 高野豆腐の煮物 菜花のくるみ和え 味噌汁 フルーツゼリー	チキンピラフ さつまいもとりんごのバター煮 ミモザサラダ コンソメスープ ヨーグルト	御飯 豚肉の ハニーマスタード焼き 野菜のトマト煮 ビーンズサラダ ミルクスープ フルーツ
	エネルギー 595 kcal	エネルギー 616 kcal	エネルギー 517 kcal	エネルギー 443 kcal	エネルギー 638 kcal	エネルギー 670 kcal	エネルギー 672 kcal
おやつ	マンゴープリン	ゆずまんじゅう	フルーツゼリー	卵ケーキ	水ようかん(抹茶)	チョコプリン	カステラドーナツ
	エネルギー 91 kcal	エネルギー 65 kcal	エネルギー 43 kcal	エネルギー 55 kcal	エネルギー 76 kcal	エネルギー 19 kcal	エネルギー 113 kcal
夕食	御飯 鱈のムニエル タルタルソース エンドウとコーンのソテー サウザンサラダ コンソメスープ	御飯 白身魚の菜種焼き ひじきの煮物 茄子のわさび和え 味噌汁	御飯 鶏肉と野菜の 葱塩炒め ふろふき大根 オクラのおかか和え すまし汁	御飯 ホキのもろみ焼き 炒り豆腐 香の物 すまし汁	御飯 豆腐ハンバーグ おろしあんかけ 南瓜の含め煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁	御飯 めばるの 柚子胡椒焼き 炊き合せ いんげんの生姜和え 味噌汁	御飯 あさりと牛蒡の 柳川風 蓮根金平 白菜の甘酢和え 味噌汁
	エネルギー 469 kcal	エネルギー 567 kcal	エネルギー 487 kcal	エネルギー 450 kcal	エネルギー 508 kcal	エネルギー 484 kcal	エネルギー 468 kcal
計	エネルギー 1646 kcal	エネルギー 1650 kcal	エネルギー 1442 kcal	エネルギー 1334 kcal	エネルギー 1673 kcal	エネルギー 1587 kcal	エネルギー 1714 kcal

*都合により献立を変更することがあります。

Weekly Menu



4月

	4月5日(日)	4月6日(月)	4月7日(火)	4月8日(水)	4月9日(木)	4月10日(金)	4月11日(土)
朝食	御飯 ソーセージと野菜のソテー カリフラワーのドレッシング和え 納豆 味噌汁 エネルギー 414 kcal	御飯 肉団子と野菜の煮物 豆腐サラダ 漬物 味噌汁 エネルギー 380 kcal	パン ウインナーのコンソメ煮 キャベツと大葉のサラダ ミルクスープ 牛乳 エネルギー 400 kcal	麦御飯 とろろ芋 ハムと野菜の炒め物 ブロッコリーのサラダ 味噌汁 エネルギー 373 kcal	パン オムレツ コールスローサラダ コンソメスープ ヨーグルト エネルギー 396 kcal	御飯 厚揚げと野菜の炒め物 オニオンサラダ のり佃煮 味噌汁 エネルギー 390 kcal	御飯 ツナじゃが ミックスサラダ ふりかけ 味噌汁 エネルギー 418 kcal
	昼食	御飯 白身魚のポテト焼き ほうれん草のソテー ハムサラダ コーンポタージュ フルーツゼリー エネルギー 627 kcal	ご当地メニュー【神奈川県】 横浜名物 サンマー麺 焼売 いんげんのかおり和え フルーツ ご当地メニュー エネルギー 559 kcal	御飯 ハンバーグ デミソース 冬瓜のクリーム煮 シーザーサラダ ベジタブルスープ ヨーグルト エネルギー 583 kcal	御飯 白身魚フライとコロケ さつまいもの甘煮 白菜の柚子和え 味噌汁 フルーツ エネルギー 585 kcal	御飯 豚バラ肉と葱の和風カレー ベーコンエッグ 花野菜サラダ きのこスープ フルーツゼリー エネルギー 670 kcal	御飯 鶏もも肉のもろみ焼き 五目大豆 人参の真砂和え すまし汁 フルーツ エネルギー 615 kcal
おやつ		牛乳ケーキ エネルギー 67 kcal	水ようかん(芋) エネルギー 78 kcal	黒糖ケーキ エネルギー 70 kcal	ブッセサンド エネルギー 51 kcal	バナナケーキ エネルギー 75 kcal	メープルケーキ エネルギー 68 kcal
夕食	御飯 あじのカレームニエル じゃが芋のバジルレモンソテー 盛合せサラダ オニオンスープ エネルギー 504 kcal	御飯 豚肉の味噌漬焼き 切干大根の煮物 香の物 味噌汁 エネルギー 582 kcal	御飯 鶏もも肉の治部煮 金平ごぼう 茄子の甘味噌和え 味噌汁 エネルギー 525 kcal	御飯 ホキの梅しそ焼き 竹輪の甘辛炒め 千草和え 味噌汁 エネルギー 457 kcal	御飯 豚肉の塩麹炒め ひじきの煮物 ほうれん草の白和え 生姜あんかけ汁 エネルギー 597 kcal	御飯 めばるの柚庵焼き さつまいもの煮物 キャベツのポン酢和え 味噌汁 エネルギー 438 kcal	御飯 鯖のムニエル タルタルソース 野菜のトマト煮 菜の花のチーズ和え コンソメスープ エネルギー 569 kcal
	計	エネルギー 1569 kcal	エネルギー 1667 kcal	エネルギー 1554 kcal	エネルギー 1464 kcal	エネルギー 1653 kcal	エネルギー 1566 kcal

*都合により献立を変更することがあります。



Weekly Menu



4月

	4月12日(日)	4月13日(月)	4月14日(火)	4月15日(水)	4月16日(木)	4月17日(金)	4月18日(土)
朝食	御飯 竹輪の煮物 サウザンサラダ 納豆 味噌汁	御飯 がんもと野菜の煮物 大根と蒸し鶏のサラダ 漬物 味噌汁	パン ミートボールと野菜のソテー ポテトサラダ コンソメスープ 牛乳	麦御飯 とろろ芋 炒り豆腐 盛合わせサラダ 味噌汁	パン ジャーマンポテト ミックスサラダ カレースープ ヨーグルト	御飯 卵と野菜の炒め物 大根サラダ たいみそ 味噌汁	御飯 厚揚げの煮物 千切り野菜サラダ ふりかけ 味噌汁
	エネルギー 441 kcal	エネルギー 390 kcal	エネルギー 421 kcal	エネルギー 435 kcal	エネルギー 425 kcal	エネルギー 412 kcal	エネルギー 377 kcal
昼食	御飯 チキンフリット オーロラソース ポテトのミートソースがけ 温野菜サラダ コンソメスープ ヨーグルト	御飯 豚肉の山椒焼き いんげんの当座煮 白菜のポン酢和え 味噌汁 フルーツ	海老のアヒージョ風 スパゲティ クリームコロケ ツナサラダ 野菜スープ フルーツゼリー		御飯 ピーマンの肉詰めフライ 切干大根の煮物 ひじきの和風サラダ 味噌汁 フルーツ	<<いつまでも若々しく>> 和風あんかけ オムライス ブロッコリーと茸の塩麴炒め アボカドサラダ【人参ドレッシング】 野菜スープ フルーツ	御飯 豚肉の香味炒め 大豆の煮物 いんげんのわさび和え 味噌汁 フルーツゼリー
	エネルギー 727 kcal	エネルギー 610 kcal	エネルギー 641 kcal		エネルギー 596 kcal	エネルギー 532 kcal	エネルギー 629 kcal
おやつ	オレンジケーキ	人形焼き	紅茶ケーキ	ミルクプリン	水ようかん(抹茶)	フルーチェ	レーズンクリームサンド
	エネルギー 69 kcal	エネルギー 83 kcal	エネルギー 69 kcal	エネルギー 72 kcal	エネルギー 76 kcal	エネルギー 43 kcal	エネルギー 84 kcal
夕食	御飯 ホキの和風ピカタ 五目塩金平 ブロッコリーの胡麻和え 味噌汁	御飯 鱈の磯辺焼き 里芋の甘辛煮 ほうれん草の菊花和え 赤だし味噌汁	御飯 牛肉と牛蒡のしぐれ煮 ビーフソテー かぶの酢の物 味噌汁	御飯 あじの塩焼き 車麩の煮物 香の物 味噌汁	御飯 白身魚のムニエル トマトソース きのこソテー シーザーサラダ ベーコンと野菜のスープ	御飯 鶏もも肉の葱蒸し 蓮根の甘辛炒め 小松菜の錦糸和え 味噌汁	御飯 めばるの マヨネーズ焼き 青梗菜のソテー イタリアンサラダ コンソメスープ
	エネルギー 500 kcal	エネルギー 421 kcal	エネルギー 558 kcal	エネルギー 448 kcal	エネルギー 479 kcal	エネルギー 557 kcal	エネルギー 519 kcal
計	エネルギー 1737 kcal	エネルギー 1504 kcal	エネルギー 1689 kcal	エネルギー 1584 kcal	エネルギー 1576 kcal	エネルギー 1544 kcal	エネルギー 1609 kcal

*都合により献立を変更することがあります。



Weekly Menu



おすすめ



ヘルシー



お肉の日



お魚の日



ご当地メニュー



SDGs

4月

	4月26日(日)	4月27日(月)	4月28日(火)	4月29日(水)	4月30日(木)	5月1日(金)	5月2日(土)
朝食	御飯 さつま揚げと野菜の炒め物 マカロニサラダ 納豆 味噌汁 エネルギー 480 kcal	御飯 車麩の煮物 エンドウのドレッシング和え 漬物 味噌汁 エネルギー 340 kcal	パン ハムと野菜のソテー 盛合わせサラダ ミルクスープ 牛乳 エネルギー 392 kcal	麦御飯 とろろ芋 がんもの煮物 千切り野菜サラダ 味噌汁 エネルギー 370 kcal	パン オムレツ ポテトサラダ コンソメスープ ヨーグルト エネルギー 425 kcal		
	御飯 豚肉の葱味噌炒め 南瓜の含め煮 大根のゆかり和え すまし汁 フルーツゼリー エネルギー 607 kcal	御飯 チキン南蛮 野菜のコンソメ煮 青じそサラダ コーンチャウダー ヨーグルト エネルギー 648 kcal	梅とろろうどん 千草焼き 白菜のなめ茸和え フルーツ エネルギー 476 kcal	☆SDGsメニュー☆ 大豆ミートと豚肉の回鍋肉 春巻き ナムル 御飯・わかめスープ フルーツ エネルギー 544 kcal	御飯 鶏もも肉の利休焼き 五日金平 春菊の海苔和え 味噌汁 フルーツゼリー エネルギー 621 kcal		
おやつ	黒糖ケーキ エネルギー 70 kcal	バニラブッセ エネルギー 57 kcal	チョコレートワッフル エネルギー 54 kcal	スイスロール エネルギー 96 kcal	水ようかん エネルギー 73 kcal		
	御飯 白身魚のガーリックバターソテー ポークビーンズ 胡麻ドレサラダ コンソメスープ エネルギー 482 kcal	御飯 生姜香るメバルの煮つけ さつま芋の甘煮 菜の花のお浸し 味噌汁 エネルギー 443 kcal	御飯 挽肉と卵の甘辛炒め 温奴 香の物 味噌汁 エネルギー 489 kcal	御飯 鯖の塩焼き 炒り豆腐 青梗菜のピーナッツ和え 具だくさん味噌汁 エネルギー 579 kcal	御飯 真あじの柚庵焼き 蓮根の煮物 オクラの酢の物 味噌汁 エネルギー 447 kcal		
計	エネルギー 1639 kcal	エネルギー 1488 kcal	エネルギー 1411 kcal	エネルギー 1589 kcal	エネルギー 1566 kcal		

*都合により献立を変更することがあります。