

# 4月献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1日	2日	3日	4日	5日	6日
メンチカツ 春雨サラダ オイスター炒め いちご杏仁豆腐 164kcal	鶏の唐揚げ ナムル風 じゃが煮 半月かまぼこ パイン缶 152kcal	ハンバーグ ゆかり和え 切干大根煮 マンゴープリン 136kcal	とんかつ さつまいもサラダ カレー 花かまぼこ りんごダイス缶 291kcal	豆腐の竜田揚げ みぞれあんかけ 梅しそサラダ 切干大根煮 ぶどうゼリー 149kcal	ハムカツ ごま風味サラダ 山菜の煮物 フルーツMIX缶 178kcal
8日	9日	10日	11日	12日	13日
ホッケ塩焼き マカロニサラダ そばろ煮 豚かまぼこ キャンディチーズ 145kcal	ハムステーキ ポテトサラダ 煮物 みかん缶 143kcal	サバの塩焼き 厚焼き玉子 おかか煮 人参さつまちゃん いちご杏仁豆腐 112kcal	ごまおさつフライ 海藻サラダ 中華旨煮 パイン缶 125kcal	鶏肉の竜田揚げ 春雨中華 麻婆豆腐 カニしぐれ マンゴープリン 133kcal	チキンステーキ 酢の物 炒り豆腐 グレープフルーツ 188kcal
15日	16日	17日	18日	19日	20日
ひれかつ 和風サラダ コンソメ煮 りんごダイス缶 156kcal	照り焼きハンバーグ フレンチサラダ 昆布の煮物 花かまぼこ ぶどうゼリー 159kcal	春キャベツのメンチカツ 酢の物 ひじき煮 キャンディチーズ 166kcal	ホッケの西京焼き 大根とツナのサラダ おかか煮 豚かまぼこ みかん缶 110kcal	チーズポテトフライ 醤油玉子 味噌炒め いちご杏仁豆腐 143kcal	鮭の塩焼き 明太子炒め 塩焼き肉 オレンジ 137kcal
22日	23日	24日	25日	26日	27日
イカの天ぷら ごま和え 切干大根煮 人参さつまちゃん パイン缶 148kcal	キャベツタコカツ 野菜炒め 五目金平 マンゴープリン 157kcal	ハンバーグマトソース ポテトサラダ ソテー カニしぐれ りんごダイス缶 159kcal	豆腐ナゲット 青しそサラダ ツナじゃが煮 ぶどうゼリー 205kcal	野菜春巻き コールスローサラダ 焼き肉 半月かまぼこ キャンディチーズ 181kcal	白身フライ 酢味噌和え そばろ煮 フルーツMIX缶 134kcal
29日	30日				
昭和の日 	チキンカツ 塩焼きそば 野菜炒め 豚かまぼこ みかん缶 194kcal				

仕入れの都合により献立を変更する場合がございます。ご了承ください。

\* ライスの分100gで167kcalをプラスしてください。

株式会社 ハローランチサービス

☎ (554)1612 FAX(553)7959