

	月	火	水	木	金	土
	30	31	4月1日	2	3	4
朝	豚肉と茄子の さっぱり炒め	肉団子と温野菜	水餃子	バンバンジー	ハムソテー	スクランブルエッグ
夕	親子丼	豚肉の生姜焼き	八宝菜	ミックスフライ	麻婆豆腐	チキンカレー
	6	7	8	9	10	11
朝	かぼちゃと挽肉の旨煮	ベーコンエッグ	ポークチャップ	焼き魚	揚げ焼売のみぞれかけ	小松菜と玉ねぎの 肉炒め
夕	白身魚フライ	豚焼き肉	チキンソテー	肉団子の甘酢あん	チキンのトマト煮	ハヤシライス
	13	14	15	16	17	18
朝	ロールキャベツ	ウインナーと ツナ玉そぼろ	肉じゃが	大根と挽肉の旨煮	きのこの卵とじ	ハムエッグ
夕	牛スタミナ焼き	鶏の唐揚げ	ビビンバ	煮込みハンバーグ	焼き餃子 チャーハン	ビーフカレー
	20	21	22	23	24	25
朝	ハムソテー	スペイン風オムレツ	豚バラ白菜	豚肉と長ねぎの塩炒め	豆腐ハンバーグ 野菜あんかけ	豚肉の卵とじ
夕	中華丼	蒸し鶏のネギ塩だれ	タラの揚げ煮	とんかつ	チンジャオロース	スパゲティ ミートソース
	27	28	29	30	5月1日	2
朝	プレーンオムレツ	肉豆腐		焼き魚	里芋と豚肉の土佐煮	ふんわり天とほうれん草 の胡麻和え
夕	チキンソテー	竜田揚げ		油淋鶏	木須肉 (ムースーロー)	ポークカレー