

4月

2016年

日	月	火	水	木	金	土
					1日 黒米ご飯 イナムルチ 天ぷら クーブイリチー なます	2日 あわご飯 味噌汁 魚照り焼き 豆腐チャンプルー お浸し
3日	4日 あわご飯 ソーメン汁 魚煮付け 茄子味噌炒め 酢の物	5日 麦ご飯 味噌汁 串刺し揚げ パパイヤ炒め ゴマ和え	6日 芋ご飯 豚汁 さんま蒲焼き 人参シリシリー もずく酢	7日 あわご飯 ゆし豆腐 魚ピカタ 白菜炒め ポテトサラダ	8日 麦ご飯 沖縄そば ワカサギ揚げ 小松菜炒め ミミガー和え セリー	9日 散らし寿司 魚汁 蒸しシュウマイ ゴーヤー卵とじ 辛子和え
10日	11日 麦ご飯 味噌汁 チキン照り焼き 干びょう炒め マグロ和え	12日 炊き込みご飯 レバー汁 魚塩焼き フーチャンプルー 酢の物	13日 あわご飯 アーサ汁 煮しめ キャベツ炒め おから和え	14日 麦ご飯 味噌汁 天ぷら 筑前煮 ヨーグルト和え	15日 あわご飯 うどん汁 豚肉生姜焼き もやし炒め 酢の物	16日
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日

材料その他の都合により献立を変更する場合があります