

4月

2014年

日	月	火	水	木	金	土
		1日 黒米ご飯 イナムルチ 鶏肉野菜巻き ケブイリチー アホカト和え	2日 あわご飯 ゆし豆腐 天ぷら 茄子味噌炒め 酢の物	3日 麦ご飯 魚汁 手羽煮付け おから炒め 胡麻和え	4日 あわご飯 牛肉汁 スコッチエッグ スンシー炒め 酢の物	5日 炊き込みご飯 味噌汁 貝柱フライ 小松菜炒め ツナ和え
6日	7日 あわご飯 味噌汁 魚のバジルオイル焼 き 春雨炒め	8日 麦ご飯 アーサ汁 鯖味噌煮 パパイア炒め 大根シシリー	9日 あわご飯 沖縄そば 肉団子甘辛煮 人参シシリー 甘酢和え	10日 麦ご飯 ソーキ汁 餃子 からし菜チャンプルー ワカメ酢	11日 あわご飯 味噌汁 鮭 大根そぼろ煮 サラダ	12日 麦ご飯 味噌汁 チキンソテー 干びょう炒め 胡麻和え
13日	14日 麦ご飯 うどん汁 魚のカレー焼き ほうれん草ソテー マッシュポテト	15日 芋ご飯 レバー汁 三色シューマイ 豆腐チャンプルー 辛子和え	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