日付	4月21日(月)	4月22日(火)	4月23日(水)	4月24日(木)	4月25日(金)	4月26日(土)	4月27日(日)
朝食	ごはん（のり佃煮） かきたま汁 ソーセージステーキ 千切りキャベツ キウイフルーツ 惣菜（大豆とひじきの煮物）	ごはん すまし汁 だし巻き卵 塩もみ野菜 バナナ 惣菜（山菜と湯葉の煮物）	コッペパン（ジャム＆マーガリン） めかぶスープ ボイルウインナー 千切りキャベツ マンゴー	クロワッサン（ジャム＆マーガリン） オニオンスープ 肉団子の甘酢あん ちぎりレタス オレンジ	バターロール（ジャム＆マーガリン） キャベツのスープ ハムソテー 塩もみ野菜 プラム	ごはん すまし汁 ウインナードームオムレツ ちぎりレタス マンゴー 惣菜（黒酢根菜きんぴら）	ゆかりごはん すまし汁 五目卵焼き 千切りキャベツ プラム 惣菜（きのこと湯葉の煮物）
カロリー	①489kcal②20.3g③13.2g④75.1g⑤2.7g	①487kcal②14.8g③12.1g④80.7g⑤1.5g	①510kcal②17.0g③26.5g④56.0g⑤3.7g	①476kcal②11.9g③28.9g④45.2g⑤3.1g	①385kcal②11.8g③17.7g④50.2g⑤2.9g	①428kcal②12.6g③9.0g④76.3g⑤1.7g	①435kcal②15.8g③7.7g④79.0g⑤4.2g
昼食	たけのこごはん 味噌汁 麩の揚げ煮 マカロニサラダ バナナ	ジャージャー麺 コーヒー牛乳 鶏唐のトマトソースかけ オレンジゼリー添え	ごはん 味噌汁 手作りコロッケ ちぎりレタス トマト・プラム 小松菜のひじき和え	ジャンバラヤ 牛乳 鶏のピリ辛マヨ炒め コーンフレーク和え	ラーメン 春巻 フライドポテト ちぎりレタス トマト 杏仁フルーツ	ソーセージナポリタン コーヒー牛乳 パリパリサラダ ヨーグルトのゼリー添え	けんちん蕎麦 いかフライ ちぎりレタス トマト 杏仁みかん
カロリー	①644kcal②14.5g③17.5g④108.6g⑤3.7g	①1121kcal②46.1g③38.5g④161.4g⑤3.9g	①638kcal②18.4g③20.1g④104.7g⑤2.5g	①887kcal②34.4g③40.8g④104.2g⑤1.8g	①785kcal②28.3g③24.9g④118.1g⑤3.6g	①681kcal②21.5g③20.0g④110.6g⑤1.5g	①612kcal②25.3g③18.2g④88.9g⑤1.8g
間食昼	麦茶 スナック	麦茶 菓子パン	麦茶 チョコ菓子	麦茶 サブレ	麦茶 菓子パン	麦茶 チョコ菓子	麦茶 せんべい
夕食	山菜なめこそば 魚のラビゴットソース ヨーグルトのゼリー添え	ごはん 味噌汁 サーモンのガーリックソテー かぼちゃの煮付け キウイフルーツ 春雨のわさび和え	和風うどんの五目あんかけ 筑前煮 フルーツゼリー	ごはん（ふりかけ） かきたま汁 白身魚の野菜ソースかけ 韓国風春雨サラダ りんごゼリー添え	ごはん 味噌汁 かじきメンチ コールスロー キウイフルーツ ポテトサラダ	ごはん 味噌汁 えびカツ 塩もみ野菜 オレンジ 小松菜と桜えびのきんぴら	ごはん 味噌汁 豚肉のケチャップ煮 コールスロー キウイフルーツ きゅうりとオクラの磯香和え
カロリー	①457kcal②27.5g③9.4g④68.6g⑤1.6g	①527kcal②23.2g③5.8g④99.1g⑤2.1g	①596kcal②30.6g③19.5g④81.8g⑤2.0g	①547kcal②23.8g③7.9g④97.7g⑤2.7g	①605kcal②17.1g③19.8g④96.5g⑤2.1g	①553kcal②20.0g③13.0g④91.6g⑤3.2g	①558kcal②22.1g③19.7g④76.9g⑤2.4g

日付	4月28日(月)	4月29日(火)	4月30日(水)	5月1日(木)	5月2日(金)	5月3日(土)	5月4日(日)
朝食	ごはん 味噌汁 なめたけとオクラの納豆和え バナナ 惣菜（大豆とひじきの煮物）	ごはん すまし汁 とろたまハムカツ 千切りキャベツ オレンジ 惣菜（山菜と湯葉の煮物）	コッペパン（ジャム＆マーガリン） 葉だいこんのスープ ソーセージステーキ 塩もみ野菜 キウイフルーツ	クロワッサン（ジャム＆マーガリン） コーンスープ ウインナードームオムレツ ちぎりレタス バナナ	バターロール（ジャム＆マーガリン） 乾物スープ ボイルウインナー コールスロー プラム	ごはん 味噌汁 きりざい バナナ 惣菜（黒酢根菜きんぴら）	ごはん 味噌汁 はんぺんフライ 塩もみ野菜 キウイフルーツ 惣菜（きのこと湯葉の煮物）
カロリー	①468kcal②15.8g③5.6g④91.9g⑤2.4g	①584kcal②19.2g③20.1g④85.9g⑤2.1g	①400kcal②15.5g③14.6g④54.2g⑤4.0g	①534kcal②13.9g③30.6g④55.1g⑤2.4g	①476kcal②14.1g③25.9g④54.1g⑤3.3g	①475kcal②17.3g③8.5g④85.9g⑤2.0g	①485kcal②15.8g③7.5g④90.8g⑤2.9g
昼食	冷やしうどん 白身魚のトマトソースかけ ホイップ和え	あさりごはん かきたま汁 えびのチリソース コールスロー キウイフルーツ コーン和え	たれカツ丼 ワンタンスープ 海藻サラダ ホイップフルーツ	焼うどん 牛乳 フライドチキン コールスロー フルーツのマンゴープリン添え	ビーフカレーライス 牛乳 いかリングフライ 塩もみ野菜 アロエフルーツ	焼きラーメン 牛乳 カップグラタン ミックスビーンズ温野菜サラダ りんごゼリー添え	スパゲッティミートソース 牛乳 ホットサラダ フルーツポンチ
カロリー	①498kcal②18.6g③17.2g④72.3g⑤2.2g	①442kcal②22.2g③7.1g④75.4g⑤2.1g	①793kcal②26.9g③22.2g④123.2g⑤2.0g	①840kcal②36.2g③45.5g④83.1g⑤3.1g	①772kcal②24.5g③26.6g④117.3g⑤2.4g	①818kcal②34.1g③29.9g④117.4g⑤1.6g	①711kcal②31.4g③26.8g④96.6g⑤1.3g
間食昼	麦茶 スナック	麦茶 菓子パン	麦茶 チョコ菓子	麦茶 サブレ	麦茶 菓子パン	麦茶 チョコ菓子	麦茶 せんべい
夕食	さつまいもごはん 若竹汁 コロッケ 千切りキャベツ オレンジ ツナのもやし炒め	ごはん 味噌汁 ハンバーグの煮込み ちぎりレタス トマト・バナナ 鶏マヨサラダ	ごはん 味噌汁 魚のマスタード焼き コールスロー オレンジ そぼろ和え	ごはん 味噌汁 白身魚のきのこマヨ焼き 塩もみ野菜 オレンジ 切干大根の煮物	麻婆丼 味噌汁 えびのカルパッチョ 杏仁みかん	いなり寿司 すまし汁 トマト肉じゃが フルーツのヨーグルトかけ	カレーピラフ きのこのクリームスープ サーモンのカルパッチョ マンゴーのヨーグルトかけ
カロリー	①587kcal②19.9g③18.1g④93.3g⑤2.7g	①652kcal②24.8g③21.5g④96.5g⑤2.9g	①501kcal②27.1g③11.8g④75.5g⑤2.2g	①454kcal②19.9g③6.4g④82.6g⑤2.9g	①567kcal②24.9g③12.9g④91.7g⑤3.1g	①687kcal②24.5g③16.0g④117.1g⑤3.4g	①554kcal②20.2g③15.2g④91.1g⑤2.4g

①エネルギー②たんぱく質③脂質④炭水化物⑤食塩