

| 日 | 献立 | 日 | 献立 |
|-------|--|-------|--|
| 1(日) | | 16(月) | ピピンバ風炒め&なすの肉詰めフライ 蓮根とハムのマスタード風味サラダ 若竹煮 637kcal |
| 2(月) | ハンバーグ&4種のチーズクリームフライ 蓮根のきんぴら オクラと蒸し鶏の中華和え 882kcal | 17(火) | 白菜と豚肉の塩炒め&アジフライ ジャーマンポテト 切干大根と糸切昆布のハリハリ漬け 800kcal |
| 3(火) | 焼肉炒め&ミートコロッケ もやしと鶏肉の炒め キャロットラペ 717kcal | 18(水) | 肉団子の酢豚風あんかけ&チキンカツ 野菜とマカロニの炒め オクラとしめじの和風和え 729kcal |
| 4(水) | 肉団子の南蛮風あんかけ&イカカツ 切干大根の煮物 中華くらげの和え物 668kcal | 19(木) | 焼そば&エビフライ・いわし明太フライ チャンプルー風炒め 玉葱のレモン和え 668kcal |
| 5(木) | サバの塩焼き&おろしポン酢 豚肉の生姜焼き キャベツとマカロニのコンソメ炒め 797kcal | 20(金) | チキンカレー&牛肉コロッケ 若布とえのきの中華和え にんにくの芽と蒟蒻の味噌炒め 713kcal |
| 6(金) | 麻婆豆腐&しゅうまい・春巻き ☆わかめと梅じその混ぜごはん☆ カレースパソテー まめまめサラダ 707kcal | 21(土) | ☆お楽しみメニュー☆ |
| 7(土) | ☆お楽しみメニュー☆ | 22(日) | |
| 8(日) | | 23(月) | ポークチャップ&カレーコロッケ マカロニとハムのチョレギサラダ 白和え 668kcal |
| 9(月) | クリームシチュー&メンチカツ ツナとマカロニのサラダ いんげんと竹の子の酢味噌和え 745kcal | 24(火) | 麻婆春雨&イカフライ うまじゃが炒め ちくわのペペロンチーノ炒め 793kcal |
| 10(火) | 八宝菜&野菜コロッケ わかめの玉子とじ 小松菜とごぼうのうま塩炒め 693kcal | 25(水) | 豚肉のちゃんちゃん炒め&鶏肉の唐揚げ いんげんとウインナーの醤油マヨ和え ひじきの旨煮 753kcal |
| 11(水) | 天ぷら盛り合わせ&天つゆ 魚の幽庵焼き 白菜の和風サラダ 652kcal | 26(木) | ミートスパゲティ&白身魚のフライ・タルタルソース 棒天(ごぼう)のさっと煮 若布と蒸し鶏のサラダ 789kcal |
| 12(木) | キャベツとウインナーのペペロンチーノ&燻製風さばとチーズのフライ じゃがいもの甘辛醤油煮っ転がし 青菜と蒸し鶏のあっさり炒め 706kcal | 27(金) | 肉野菜炒め&蓮根つくねの和風あんかけ マカロニサラダ 小松菜としめじのさっぱり煮浸し 767kcal |
| 13(金) | 味噌カツ ビーフンの炒め ごぼうの胡麻炒め オクラとかっぱ漬けのカラフル和え 744kcal | 28(土) | ☆お楽しみメニュー☆ |
| 14(土) | ☆お楽しみメニュー☆ | 29(日) | |
| 15(日) | | 30(月) | チャブチェ&栗かぼちゃコロッケ ボロネーゼ ひじきと卵のオイスターソース炒め 808kcal |

4月を迎え、すっかり春めいて来ましたね♪頬を撫でる風が心地よい季節ですが、花粉症の方にはまだまだツライ時期ですね(T_T)また1日の寒暖差が大きな時ですので体調管理にご注意下さいませ！今月の特におススメメニューは、5日のサバの塩焼きです！いつもの1.5倍の大きさの美味しい塩サバに、これまた美味しいおろしポン酢がもれなく付いてきますよ♪同じくBIGサイズシリーズとしまして、26日の白身魚のフライもタルタルソースが付いて見逃せませんよ～☆19日のエビフライも是非ご賞味下さいませ！

※仕入れの都合により献立の変更がある場合がありますのでご了承下さい。
 ご飯は国内産の白米を使用しております。
 ※4/6(金)は、わかめと梅じその混ぜごはんとなります。
 通常のライスをご希望のお客様はお手数ではございますが、4/2(月)までに
 ご連絡をお願い申し上げます。