

いつき 2026年4月献立表(前半) ※食材の仕入れ状況により、内容は変更する場合がございます。

		肉	エネルギー (kcal)	魚	エネルギー (kcal)	丼物	エネルギー (kcal)	ルウ物	エネルギー (kcal)	麺類	エネルギー (kcal)
1	水	牛すき煮 ナスの揚げびたし 小松菜の胡麻和え ご飯 汁物 フルーツ	646	白身魚の更紗蒸し ナスの揚げびたし 小松菜の胡麻和え ご飯 汁物 フルーツ	497	たまご丼 ナスの揚げびたし 小松菜の胡麻和え 汁物 フルーツ	536	ビーフシチュー ナスの揚げびたし 小松菜の胡麻和え ご飯 汁物 フルーツ	711	中華風にゆう麺 ナスの揚げびたし 小松菜の胡麻和え ご飯 汁物 フルーツ	485
2	木	ハンバーグ ジャーマンポテト ほうれん草サラダ ご飯 汁物 フルーツ	633	鯖の甘辛煮 ジャーマンポテト ほうれん草サラダ ご飯 汁物 フルーツ	626	麻婆春雨丼 ジャーマンポテト ほうれん草サラダ 汁物 フルーツ	558	シーフードカレー ジャーマンポテト ほうれん草サラダ 汁物 フルーツ	645	おぼろ昆布そば ジャーマンポテト ほうれん草サラダ ご飯 汁物 フルーツ	426
3	金	鶏肉の照り焼き 里芋の煮ころがし わかめの生姜和え ご飯 汁物 フルーツ	555	アジフライ 里芋の煮ころがし わかめの生姜和え ご飯 汁物 フルーツ	647	豚丼 里芋の煮ころがし わかめの生姜和え 汁物 フルーツ	523	シーフードカレー 里芋の煮ころがし わかめの生姜和え 汁物 フルーツ	597	とろろきしめん 里芋の煮ころがし わかめの生姜和え ご飯 汁物 フルーツ	403
4	土	豚肉のオイスター炒め 厚揚げの煮物 白菜のお浸し ご飯 汁物 フルーツ	560	メパルの塩焼き 厚揚げの煮物 白菜のお浸し ご飯 汁物 フルーツ	474	衣笠丼 厚揚げの煮物 白菜のお浸し 汁物 フルーツ	549	シーフードカレー 厚揚げの煮物 白菜のお浸し 汁物 フルーツ	634	明太子パスタ 厚揚げの煮物 白菜のお浸し ご飯 汁物 フルーツ	547
き	月	鶏肉のさっぱり煮 里芋のそぼろあん ブロッコリーのおかか和え ご飯 汁物 漬物	602	鯖の利休焼 里芋のそぼろあん ブロッコリーのおかか和え ご飯 汁物 漬物	539	木の葉丼 里芋のそぼろあん ブロッコリーのおかか和え 汁物 漬物	519	クリームシチュー 里芋のそぼろあん ブロッコリーのおかか和え ご飯 汁物 漬物	649	ちゃんぽんめん 里芋のそぼろあん ブロッコリーのおかか和え ご飯 漬物	470
7	火	牛肉じゃが ナスの味噌掛け 小松菜の錦糸和え ご飯 汁物 漬物	692	タラの磯部揚げ ナスの味噌掛け 小松菜の錦糸和え ご飯 汁物 漬物	600	中華丼 ナスの味噌掛け 小松菜の錦糸和え 汁物 漬物	558	クリームシチュー ナスの味噌掛け 小松菜の錦糸和え ご飯 汁物 漬物	681	なめこおろしにゆう麺 ナスの味噌掛け 小松菜の錦糸和え ご飯 漬物	505
8	水	肉団子の甘酢あん にら玉 春雨サラダ ご飯 汁物 漬物	635	めばるのべっ甲煮 にら玉 春雨サラダ ご飯 汁物 漬物	512	豚丼 にら玉 春雨サラダ 汁物 漬物	581	クリームシチュー にら玉 春雨サラダ ご飯 汁物 漬物	671	わかめそば にら玉 春雨サラダ ご飯 漬物	479
9	木	豚肉の生姜焼き ひじき煮 もやしのゆかり和え ご飯 汁物 漬物	528	白身魚のムニエル ひじき煮 もやしのゆかり和え ご飯 汁物 漬物	465	はいから丼 ひじき煮 もやしのゆかり和え 汁物 漬物	511	ハヤシライス ひじき煮 もやしのゆかり和え 汁物 漬物	631	きつねきしめん ひじき煮 もやしのゆかり和え ご飯 漬物	407
10	金	豆腐の肉みそかけ 卵焼き 菜の花の胡麻マヨ和え ご飯 汁物 漬物	720	しらす丼 卵焼き 菜の花の胡麻マヨ和え ご飯 汁物 漬物	523	焼肉丼 卵焼き 菜の花の胡麻マヨ和え 汁物 漬物	672	ハヤシライス 卵焼き 菜の花の胡麻マヨ和え 汁物 漬物	729	ナポリタン 卵焼き 菜の花の胡麻マヨ和え ご飯 汁物 漬物	613
11	土	チキンカツ 小松菜の炒め物 ポテトサラダ ご飯 汁物 漬物	703	鯖の梅にんにく焼き 小松菜の炒め物 ポテトサラダ ご飯 汁物 漬物	721	麻婆丼 小松菜の炒め物 ポテトサラダ 汁物 漬物	614	ハヤシライス 小松菜の炒め物 ポテトサラダ 汁物 漬物	760	関西風うどん 小松菜の炒め物 ポテトサラダ ご飯 漬物	508
13	月	豚肉と白菜の旨煮 高野豆腐の卵とじ キャベツの塩昆布和え ご飯 汁物 フルーツ	558	アジのかば焼き 高野豆腐の卵とじ キャベツの塩昆布和え ご飯 汁物 フルーツ	528	ビビンバ丼 高野豆腐の卵とじ キャベツの塩昆布和え 汁物 フルーツ	672	カレーライス 高野豆腐の卵とじ キャベツの塩昆布和え 汁物 フルーツ	635	梅おろしにゆう麺 高野豆腐の卵とじ キャベツの塩昆布和え ご飯 フルーツ	484
14	火	鶏肉の梅みそ焼き 卵の花 ほうれん草のピーナツ和え ご飯 汁物 フルーツ	614	カレイの煮付け 卵の花 ほうれん草のピーナツ和え ご飯 汁物 フルーツ	516	たまご丼 卵の花 ほうれん草のピーナツ和え 汁物 フルーツ	543	カレーライス 卵の花 ほうれん草のピーナツ和え 汁物 フルーツ	672	五目そば 卵の花 ほうれん草のピーナツ和え ご飯 フルーツ	485
15	水	豆腐のそぼろあん 金平ごぼう インゲンのさっぱり和え ご飯 汁物 フルーツ	597	赤魚の生姜煮 金平ごぼう インゲンのさっぱり和え ご飯 汁物 フルーツ	504	中華丼 金平ごぼう インゲンのさっぱり和え 汁物 フルーツ	506	カレーライス 金平ごぼう インゲンのさっぱり和え 汁物 フルーツ	619	たぬききしめん 金平ごぼう インゲンのさっぱり和え ご飯 フルーツ	406