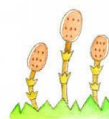


# 4がつ こんだてひょう (常食)

じょうしょく



にち	ようび	くぶん	ちょうしょく	10じおやつ	ちゅうしょく	15じおやつ	ゆうしょく
1	土	ようじ	ごはん みそしる ふくめに ふりかけ	フルーツ	ごはん ポークチャップ クラムチャウダー フルーツ	ぎゅうにゅう  てづくりりんご ゼリー	ごはん さかなみそに マカロニサラダ インゲンごまかおりいため
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ふくめに ふりかけ フルーツ				
2	日	ようじ	ごはん みそしる さばのしおやき おひたし のり	ヨーグルト	さけチャーハン ちゅうかふうあえもの ちゅうかスープ	ぎゅうにゅう  たまごボーロ	ごはん とうふハンバーグ ポテトサラダ こまつなのいためもの
		がくどう せいねん	ごはん みそしる さばのしおやき おひたし のり ヨーグルト				
3	月	ようじ	パン ジャム ケチャップいため えだまめのポタージュ	バナナ	ごはん さかなのフライ わふうサラダ さつまいものあまに	ぎゅうにゅう  むしパン	ごはん てりやきチキン ビーフンいため ちゅうかスープ
		がくどう せいねん	パン ジャム ケチャップいため えだまめのポタージュ バナナ				
4	火	ようじ	ごはん みそしる かぼちゃそぼろあんかけ ふりかけ	ヨーグルト	スパゲッティミートソース レタスサラダ フルーツ	ぎゅうにゅう  おにぎりせんべい	ごはん ぶたにくのみそつけやき ハウレンソウのあえもの けんちんじる
		がくどう せいねん	ごはん みそしる かぼちゃそぼろあんかけ ふりかけ ジョア				
5	水	ようじ	ごはん みそしる すぺいんふうオムレツふりかけ	ヨーグルト	ごはん ささみカツ かいそうサラダ ようふうに	ぎゅうにゅう  ミルク かんでん	ごはん さけのちゃんちゃんやき マカロニサラダ はるさめスープ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる すぺいんふうオムレツ ふりか け ぎゅうにゅう				



\* ざいりょうのつごうにより、こんだてをへんこうするばあいがあります。

☆こんげつしょうのさかな…さけ・さば・あかうお・しろみざかな (スズキ・ホキ・たら・ホッケ・カラスガレイ)

ふじさんぎょう

# 4がつ こんだてひょう (常食)

じょうしょく



にち	ようび	くぶん	ちょうしょく	10じおやつ	ちゅうしょく	15じおやつ	ゆうしょく
6	木	ようじ	ごはん みそしる ウインナーポテトのいためもの なっとう	ふかしいも	ドライカレー シーザーサラダ あんにんどうふ	ぎゅうにゅう ココアマフィン	ごはん さかなのこうみやき はっぼうさい だいこんサラダ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ウインナーポテトのいためもの なっとう ゼリー				
7	金	ようじ	ごはん みそしる とりだんごはるさめに のり	やさいゼリー	ごはん チキンピカタ ケチャップソース マセドアンサラダ やさいスープ	ぎゅうにゅう チョコイス	にざかな スパゲティサラダ ちやわんむし
		がくどう せいねん	ごはん みそしる とりだんごはるさめに のり やさいゼリー				
8	土	ようじ	ごはん みそしる ごもくたまごやき のり	ヨーグルト	やきそば ちゅうかふうひやっこ フルーツ	ぎゅうにゅう やきドーナツ	ごはん チキンなんばん レタスとのりのサラダ いとこに
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ごもくたまごやき のり ヨーグルト				
9	日	ようじ	ごはん みそしる さけのしおやき ごまいため のり	ふかしいも	ごはん さかなのピザふうホイルやき やさいサラダ マカロニたまごスープ	ぎゅうにゅう 手作りパンケーキ	わかめごはん とりのからあげ はるさめのあえもの アスパラいため
		がくどう せいねん	ごはん みそしる さけのしおやき ごまいため のり ヨーグルト				
10	月	ようじ	ごはん みそしる すごもりたまご ふりかけ	フルーツ	チキンライス やさいのクリームに かじゅう	ぎゅうにゅう バウムクーヘン	ごはん フィッシュバーグ だいこんのあまずあえ みそにくじゃが
		がくどう せいねん	ごはん みそしる すごもりたまご ふりかけ フルーツ				



\* ざいりょうのつごうにより、こんだてをへんこうするばあいがあります。

☆こんげつしょうのさかな…さけ・さば・あかうお・しろみざかな (スズキ・ホキ・たら・ホッケ・カラスガレイ)

ふじさんぎょう

# 4がつ こんだてひょう (常食)



にち	ようび	くぶん	ちょうしょく	10じおやつ	ちゅうしょく	15じおやつ	ゆうしょく
1 1	火	ようじ	ごはん みそしる そぼろに なつとう	ゼリー	ハンバーガー フライドポテト ミネストローネ ヨーグルトあえ	ぎゅうにゅう  ウエハース	ごはん さかなのみそに もやしナムル ちゅうかいため
		がくどう せいねん	ごはん みそしる そぼろに なつとう ゼリー				
1 2	水	ようじ	ごはん みそしる スクランブルエッグ やさいソテー のり	ヨーグルト	カレーうどん ごまずあえ フルーツ	ぎゅうにゅう  コーンとチーズ のマフィン	ごはん さかなプロバンスふう かぼちゃサラダ コンソメに
		がくどう せいねん	ごはん みそしる スクランブルエッグ やさいソ テー のり ヨーグルト				
1 3	木	ようじ	ごはん みそしる だいこんいりに のり	フルーツ	ごはん さかなのしおやき じゃがいものそぼろに ひじきのサラダ	ぎゅうにゅう  みかんゼリー	ごはん タンドリーチキン オーロラソースかけ えだまめのポタージュ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる だいこんいりに のり ジョア				
1 4	金	ようじ	ごはん みそしる れんこんきんぴら ひややっこ ふりかけ	ぎゅうにゅう	ぎゅうどん かにあえ すましじる  	ぎゅうにゅう  バナナ マフィン	ごはん さかなのぱんこやき じゃこサラダ コンソメスープ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる れんこんきんぴら ひややっこ ふりかけ ぎゅうにゅう				
1 5	土	ようじ	ごはん みそしる スペインふうオムレツ のり	りんごヨーグルト	ごはん エビフライ ポークビーンズ ブロッコリーごまあえ	ぎゅうにゅう  どらやき	ごはん にこみハンバーグ ポパイソテー ごまマヨネーズあえ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる スペインふうオムレツ のり りんごヨーグルト				

\* ざいりょうのつごうにより、こんだてをへんこうするばあいがあります。

☆こんげつしょうのさかな…さけ・さば・あかうお・しろみさかな (スズキ・ホキ・たら・ホッケ・カラスガレイ)

ふじさんぎょう

# 4がつ こんだてひょう (常食)



にち	ようび	くぶん	ちょうしょく	10じおやつ	ちゅうしょく	15じおやつ	ゆうしょく
16	日	ようじ	ごはん みそしる ひじきいために なつとう	ぎゅうにゅう	チキンカレー もりあわせサラダ ジョア	ぎゅうにゅう ビスケット	ごはん さかなのマヨネーズやき ちくぜんに すましじる
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ひじきいために なつとう ぎゅうにゅう				
17	月	ようじ	ごはん みそしる こまつなのソボロに ふりかけ	バナナ	さらうどん いもあめ あまずあえ (わかめ)	ぎゅうにゅう プリン	ごはん さけしおやき れいしゃぶサラダ のっぺいじる
		がくどう せいねん	ごはん みそしる こまつなのソボロに ふりかけ バナナ				
18	火	ようじ	パン ジャム ウィンナー やさいソテー コンソメスープ	フルーツ	ごはん さかなのかばやき バンサンスー なすのそぼろに	ぎゅうにゅう やきどーなつ	ごはん しょうがやき たまごいりポテトサラダ きのこスープ
		がくどう せいねん	パン ジャム ウィンナー やさいソテー コンソメスープ フルーツ				
19	水	ようじ	ごはん みそしる とりだんごやさいに のり	ヨーグルト	ごもくチャーハン とうふのカニあんかけ はるさめスープ	ぎゅうにゅう しおおかき	ごはん さかなのたつたあげ ごまずあえ ちゅうかふうコーンスープ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる とりだんごやさいに のり ヨーグルト				
20	木	ようじ	ごはん みそしる ひじき こうやどうふたまごとじ のり	フルーツ	きつねうどん チーズとツナのサラダ コロッケ	ぎゅうにゅう にんじんゼリー	ごはん とりのクリームソース さつまいもサラダ やさしいため
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ひじき こうやどうふたまごとじ のり りんごヨーグルト				

\* ざいりょうのつごうにより、こんだてをへんこうするばあいがあります。


☆こんげつしょうのさかな…さけ・さば・あかうお・しろみざかな (スズキ・ホキ・たら・ホッケ・カラスガレイ)

ふじさんぎょう

# 4がつ こんだてひょう (常食)

じょうしょく



にち	ようび	くぶん	ちょうしょく	10じおやつ	ちゅうしょく	15じおやつ	ゆうしょく
21	金	ようじ	♪ごしょくをそろえるあさごはん ごはん みそしる いそべたまご やき ブロッコリー・トマト ふり かけ	ヨーグルト	ごはん サーモンバターしょうゆやき ごぼうサラダ のりポテト	ぎゅうにゅう  パウムクーヘン	ごはん ぎゅうにくのすきに ドレッシングあえ すましじる
		がくどう せいねん	ごはん みそしる いそべたまごやき ジョア ブロッコリー・トマト ふりかけ				
22	土	ようじ	ごはん みそしる ハムソテー ポテトいため のり	ゼリー	ごはん チキントマトソースかけ グリーンサラダ かぼちゃのポタージュ	ぎゅうにゅう  やさいむしパン	ごはん さかなのカレーあげ さといもごまみそあえ にんじんしりしり
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ハムソテー ポテトいため のり ゼリー				
23	日	ようじ	ごはん ぐだくさんスープ めだまやき ふりかけ	ヨーグルト	ハヤシライス コールスローサラダ フルーツ	ぎゅうにゅう  いちごミルク かんでん	ごはん さかなのしおやき かぼちゃサラダ ぶたじる
		がくどう せいねん	ごはん ぐだくさんスープ めだまやき ふりかけ ヨーグルト				
24	月	ようじ	ごはん みそしる いために なっとう	ゼリー	クリームスパゲティ ミートボール フルーツポンチ 	ぎゅうにゅう  ウエハース	ごはん さかなのてりやき はるさめあえもの にまめ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる いために なっとう ゼリー				
25	火	ようじ	ごはん みそしる ひじきいりけんちんに ふりかけ	バナナ	ごはん さかなのみそチーズやき ツナに サラダ	ぎゅうにゅう  てづくりフルーツ ゼリー	ごはん とりのからあげ あまずあえ すましじる
		がくどう せいねん	ごはん みそしる ひじきいりけんちんに ふりかけ バナナ				

\*ざいりょうのつごうにより、こんだてをへんこうするばあいがあります。

☆こんげつしょうのさかな…さけ・さば・あかうお・しろみざかな (スズキ・ホキ・たら・ホッケ・カラスガレイ)

ふじさんぎょう

# 4がつ こんだてひょう (常食)



にち	ようび	くぶん	ちょうしょく	10じおやつ	ちゅうしょく	15じおやつ	ゆうしょく
26	水	ようじ	ごはん みそしる さばのしおやき ゆかりあえ のり	ゼリー	そばろどん きゅうりのすのもの さかなのすましじる フルーツ	ぎゅうにゅう パンナコッタ	ごはん ハンバーグ フレンチサラダ ポトフふう
		がくどう せいねん	ごはん みそしる さばのしおやき ゆかりあえ のり ゼリー				
27	木	ようじ	ごはん みそしる オムレツ やさいのコンソメに のり	ヨーグルト	ごはん マーマレードやき ナムル わかめスープ	ぎゅうにゅう バナナマフィン	ごはん さけのクリームシチュー ラタトゥユ こまつなのサラダ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる オムレツ やさいのコンソメに のり ヨーグルト				
28	金	ようじ	ごはん みそしる やさいのそばろに のり	フルーツ	♪パン ポテトグラタン コンソメスープ りんご	ぎゅうにゅう むしパン	ごはん マーボーとうふ ごまあえ チンジャオロースふう
		がくどう せいねん	ごはん みそしる やさいのそばろに のり フルーツ				
29	土	ようじ	ごはん みそしる やさいのテ ツナあえ のり	やさいゼリー	コーンラーメン えびたまあんかけ フルーツヨーグルト	ぎゅうにゅう おまんじゅう	ごはん さかなのタルタルソース ようふうだいに コンソメスープ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる やさいのテ ツナあえ のり やさいゼリー				
30	日	ようじ	ごはん みそしる さといもとだいこんのもの なっとう	ふかしいも	にんじんごはん とりのあまずあんかけ ブロッコリーのごまあえ さわにわん	ぎゅうにゅう ビスケット	ごはん てりやきつくね ビーフンいため ちゅうかスープ
		がくどう せいねん	ごはん みそしる さといもとだいこんのもの なっとう ヨーグルト				

\*ざいりょうのつごうにより、こんだてをへんこうするばあいがあります。

☆こんげつしょうのさかな…さけ・さば・あかうお・しろみざかな (スズキ・ホキ・たら・ホッケ・カラスガレイ)

ふじさんぎょう