

4月

新学期が始まりました♪

今月のスペシャルメニューは、

4月12日(月)ジンギスカン! 4月26日(月)刺身サーモン!



お米は小谷村産(はさ掛け米)もしくは長野県産米を使用しています。

原材料の一部に小谷・白馬村産の季節野菜、卵、加工品を使用しています。

1	木			
2	金			
3	土			★ ・ご飯 ・ワントンスープ ・豚の生姜焼き ・ひじき煮 ・春雨和え ・キャベツサラダ 896kcal
4	日	☀️ ・ご飯 ・なめこの味噌汁 ・鮭の塩焼き ・卵焼き ・ごぼうサラダ ・キャベツサラダ 727kcal	🍴 ・ミートソースパスタ ・コロック ・デザート 801kcal	★ ・ご飯 ・ジュース ・チキンカツカレー ・ほうれん草胡麻和え ・福神漬 ・ミックスサラダ 963kcal
5	月	☀️ ・ご飯 ・豚汁 ・ちくわの磯辺揚げ ・目玉焼き ・切り干し大根 ・ミックスサラダ 765kcal	🍱 ・梅ごま塩ご飯 ・サバのみぞれ煮 ・唐揚げ ・肉じゃが ・ほうれん草お浸し 749kcal	★ ・ご飯 ・里芋の味噌汁 ・油淋鶏 ・ちくわ炒め ・三色ナムル ・ミックスサラダ 807kcal
6	火	☀️ ・食パン ・コーンスープ ・ハッシュドポテト ・ソーセージ ・ポテトサラダ ・卵サラダ 712kcal	🍱 ・ゆかりごはん ・ホッケの西京焼き ・ヒレカツ ・ポテサラグラタン ・いんげんのごま和え 949kcal	★ ・ご飯 ・わかめスープ ・グラタン ・オニオンリング ・ゼリー ・ミックスサラダ 913kcal
7	水	☀️ ・ご飯 ・大根の味噌汁 ・筑前煮 ・金平ごぼう ・菜の花のお浸し ・キャベツサラダ 684kcal	🍱 ・梅ごま塩ご飯 ・さんまの蒲焼 ・炭火若鶏 ・牛丼 ・パンブキンサラダ 722kcal	★ ・炊き込みご飯 ・あさりの味噌汁 ・白身魚香草焼 ・ポテトバター ・アボガドトマト ・グリル野菜 991kcal
8	木	☀️ ・パン ・キャベツコンソメ ・スクランブルエッグ ・ミートボール ・バナナ ・ミックスサラダ 603kcal	🍱 ・梅ひじきご飯 ・サバの塩焼き ・揚げ餃子 ・青椒肉絲 ・卵の花 787kcal	★ ・ご飯 ・なめこの味噌汁 ・山賊焼 ・きのこ炒め ・田舎大根煮 ・キャベツサラダ 656kcal
9	金	☀️ ・ご飯 ・しじみの味噌汁 ・小鉢牛丼 ・温泉卵 ・ほうれん草のお浸し ・キャベツサラダ 729kcal	🍱 ・梅ごま塩ご飯 ・鮭の塩焼き ・チキン南蛮 ・ひじき煮 ・ミートソースパスタ 837kcal	★ ・ご飯 ・豆腐の味噌汁 ・酢豚 ・焼売 ・カブの浅漬け ・ミックスサラダ 796kcal
10	土	☀️ ・パンケーキ ・ジョア ・スペイン風ベイクドエッグ ・ソーセージ ・ヨーグルト ・ミックスサラダ 768kcal	🍴 ・野菜塩ラーメン ・半炒飯 ・卵スープ 740kcal	★ ・ご飯 ・ハヤシライス ・マカロニサラダ ・オレンジ ・ジュース ・ミックスサラダ 785kcal
11	日	☀️ ・ご飯 ・油揚げの味噌汁 ・豆腐ハンバーグ ・卵焼き ・白菜の漬物 ・ミックスサラダ 641kcal	🍴 ・ハンバーグドリア ・フライドポテト ・ジュース 884kcal	★ ・ご飯 ・大根の味噌汁 ・メンチカツ ・里芋煮 ・白菜の漬物 ・キャベツサラダ 725kcal
12	月	☀️ ・ご飯 ・きのこの味噌汁 ・ブリの味噌焼き ・金平ごぼう ・もずく ・キャベツサラダ 721kcal	🍱 ・梅ごま塩ご飯 ・サバの味噌煮 ・オムレツ ・チキンサラダ ・おくら胡麻和え 786kcal	★ ・ご飯 ・舞茸の味噌汁 ・ジンギスカン ・フライドポテト ・たくわん ・サンチュ 773kcal
13	火	☀️ ・食パン ・クラムチャウダー ・ココットオムレツ ・厚切りベーコン ・ツナサラダ ・シリアルヨーグルト 929kcal	🍱 ・ふりかけご飯 ・赤魚照り焼き ・山賊焼 ・筑前煮 ・もやしナムル 749kcal	★ ・ご飯 ・おふの味噌汁 ・チキン南蛮 ・まめもやしナムル ・杏仁豆腐 ・チョレギサラダ 626kcal
14	水	☀️ ・ご飯 ・わかめの味噌汁 ・肉じゃが ・とろろ ・ナスの揚げ浸し ・ミックスサラダ 806kcal	🍱 ・梅ごま塩ご飯 ・メヌケ揚げ煮 ・とり天 ・焼ビーフン ・卵焼き 977kcal	★ ・ご飯 ・ちくわの味噌汁 ・ロコモコ ・アボガド和え ・ゼリー ・レタスサラダ 1001kcal
15	木	☀️ ・レーズンパン ・ロールキャベツ ・ゆで卵 ・マカロニサラダ ・ミックスサラダ 656kcal	🍱 ・ふりかけご飯 ・ハンバーグ ・ナポリタン ・牛丼 ・春雨和え 755kcal	★ ・ご飯 ・ほうれん草の味噌汁 ・カレイの煮付け ・ミニおでん ・カボチャ煮 ・ミックスサラダ 898kcal
16	金	☀️ ・ご飯 ・ナスの味噌汁 ・つくね焼き ・さつま金時 ・オクラのおかか和え ・キャベツサラダ 782kcal	🍱 ・梅ごま塩ご飯 ・アジの醤油麹焼き ・海老カツ ・豚の生姜焼き ・五目豆煮 817kcal	★ ・ご飯 ・きのこカレー ・長芋おくら ・福神漬 ・ジュース ・ミックスサラダ 820kcal

17	土	☀️ ・バターロール ・野菜ジュース ・コンビネーションオムレツ ・ハム ・フルーツヨーグルト ・ミックスサラダ 620kcal	🍴 ・カルボナーラ ・ミネストローネ ・ミックスサラダ 877kcal	★ ・ご飯 ・肉団子スープ ・麻婆豆腐 ・春巻き ・パンブキンサラダ ・ミックスサラダ 1027kcal
18	日	☀️ ・鶏飯 ・卵焼き ・バナナ ・ブロッコリーツナ ・キャベツサラダ 744kcal	🍴 ・中華丼 ・冷奴 ・なめこ汁 801kcal	★ ・ご飯 ・たけのこ汁 ・ホッケ焼き ・卵の花 ・きゅうりの漬物 ・キャベツサラダ 761kcal
19	月	☀️ ・ご飯 ・豆腐の味噌汁 ・肉団子 ・しらす納豆 ・オクラ長芋和え ・ミックスサラダ 817kcal	🍱 ・梅ごま塩ご飯 ・いわしのみぞれ煮 ・タンドリーチキン ・キーマカレー ・小松菜ナムル 744kcal	★ ・ご飯 ・ニラの味噌汁 ・天玉チキン ・チヂミ ・キムチ ・チョコレギサラダ 752kcal
20	火	☀️ ・食パン ・コーンスープ ・チータースティック ・スクランブルエッグ ・ヨーグルト ・ミックスサラダ 592kcal	🍱 ・ゆかりごはん ・サバの竜田揚げ ・フライドチキン ・パスタサラダ ・アスパラベーコン 854kcal	★ ・ご飯 ・もやしの味噌汁 ・タコライス ・ザーサイ ・ゴーヤチャンプル ・レタスサラダ 929kcal
21	水	☀️ ・ご飯 ・ほうれん草の味噌汁 ・アジの西京焼き ・卵焼き ・菜の花のお浸し ・キャベツサラダ 737kcal	🍱 ・梅ごま塩ご飯 ・ブリの照り焼き ・エビフライ ・焼うどん ・きのこ胡麻和え 759kcal	★ ・親子丼 ・生姜の味噌汁 ・さつま揚げ煮 ・竹の子土佐煮 ・キャベツサラダ 903kcal
22	木	☀️ ・黒糖ロール ・卵スープ ・ジャーマンポテト ・リオンソーセージ ・ヨーグルト ・ミックスサラダ 629kcal	🍱 ・炊き込みご飯 ・ホッケの塩焼き ・コーンバターフライ ・卵焼き ・切り干し大根 775kcal	★ ・ご飯 ・水菜の味噌汁 ・すき焼き風煮 ・レンコン金平 ・揚げなす煮浸し ・塩昆布キャベツ 932kcal
23	金	☀️ ・ご飯 ・おふの味噌汁 ・厚焼き卵 ・鶏そばろ ・ほうれん草お浸し ・キャベツサラダ 701kcal	🍱 ・梅ごま塩ご飯 ・ブリの西京焼き ・ベトナム風春巻 ・酢豚 ・ピビンバ 939kcal	★ ・ご飯 ・根菜の味噌汁 ・かに玉 ・餃子 ・ポテトサラダ ・ミックスサラダ 1047kcal
24	土	☀️ ・クロワッサン ・ヤクルト ・ベーコンポテトチーズ焼き ・バナナ ・ヨーグルト ・ミックスサラダ 501kcal	🍴 ・とんこつラーメン ・半ライス ・フルーツ 710kcal	★ ・ご飯 ・オニオンスープ ・サバのレモンマリネ ・ボールコロック ・ミックスサラダ ・ほうれん草白和え 953kcal
25	日	☀️ ・ご飯 ・長ネギの味噌汁 ・ボールコロック ・シャケほぐし ・切り干し大根 ・キャベツサラダ 632kcal	🍴 ・カレーうどん ・唐揚げ ・ジュース 835kcal	★ ・ご飯 ・クリームシチュー ・アスパラベーコン ・パスタサラダ ・ジュース ・ミックスサラダ 940kcal
26	月	☀️ ・ご飯 ・あさりの味噌汁 ・ししゃも焼き ・厚焼き卵 ・ひじき煮 ・キャベツサラダ 706kcal	🍱 ・梅ごま塩ご飯 ・サバの生姜煮 ・グラタンフライ ・豚プルコギ ・こんにゃくサラダ 816kcal	★ ・ご飯 ・しじみの味噌汁 ・刺身サーモン ・厚揚げ煮 ・わかめの酢の物 ・ミックスサラダ 698kcal
27	火	☀️ ・フレンチトースト ・チータースティック ・ウィンナー ・オニオンスープ ・ミックスサラダ 734kcal	🍱 ・梅ひじきご飯 ・ますの西京焼 ・竜田揚げ ・ジャーマンポテト ・ほうれん草白和え 938kcal	★ ・ご飯 ・きのこの味噌汁 ・とんかつ ・白菜の漬物 ・ニンニクの芽炒め ・キャベツサラダ 706kcal
28	水	☀️ ・ご飯 ・カブの味噌汁 ・豚バラ大根 ・菜の花のお浸し ・白菜浅漬け ・キャベツサラダ 734kcal	🍱 ・梅ごま塩ご飯 ・さわら塩麹焼き ・かぼちゃコロック ・エビチリ ・春雨サラダ 796kcal	★ ・オムライス ・牛肉のスープ ・きゅうりの漬物 ・ゼリー ・ミックスサラダ 1036kcal
29	木	☀️ ・レーズンパン ・ハム ・チーズ ・スクランブルエッグ ・グラノーラヨーグルト ・ジョア ・ミックスサラダ 645kcal	🍴 ・きつねうどん ・稲荷寿司 ・デザート 608kcal	★ ・ご飯 ・白菜の味噌汁 ・肉じゃが ・切り干し大根煮 ・こんにゃく煮 ・キャベツサラダ 660kcal
30	金	☀️ ・ご飯 ・キャベツの味噌汁 ・目玉焼き ・厚切りベーコン ・ブロッコリーツナ ・キャベツサラダ 698kcal	🍱 ・梅ごま塩ご飯 ・いわしの梅煮 ・ハムカツ ・ジェノベーゼ ・ほうれん草ナムル 978kcal	★ ・ご飯 ・卵スープ ・八宝菜 ・エビマヨ ・ザーサイ ・ミックスサラダ 894kcal

※仕入れ、在庫、注文数に応じて献立が変更になることがありますのでご了承ください。