

2022年4月

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
27	28	29	30	31	1 とうふ すきやき煮 かにかまキュウリのマヨ和え ごはん おやつ：コーヒー牛乳プリン	2
3	4 親子丼 ほうれん草の胡麻和え おやつ：クッキー	5 とうふ そぼろあんかけ マカロニ,コーン,ハムマヨサラダ ごはん おやつ：プリン	6 豆腐のミートボール ほうれん草コーンバター炒め ごはん おやつ：フルーチェ (いちご)	7 肉じゃが 卵焼き ごはん おやつ：牛乳プリン	8 焼うどん ブロッコリー、ハムマヨサラダ おやつ：プリンorハッピータン	9
10	11 おやつ：プリンorハッピータン	12 豆腐 和風ハンバーグ トマト、キャベツマヨ和えサラダ ごはん おやつ：バナナヨーグルト	13 唐揚げ、かぼちゃの煮物 ほうれん草コーンバター炒め ごはん おやつ：シュークリーム	14 オムライス 豆腐とトマトゴマドレサラダ おやつ：チョコレートプリン	15 おやつ：ドーナツorプリン	16
17	18 おやつ：かつばえびせん	19 豚肉と大根の煮物 ポテトサラダ ごはん おやつ：もも缶	20 鶏そぼろ丼 ほうれん草とちくわの胡麻和え おやつ：ガトーショコラ	21 鮭のムニエル タルタルソース もやし中華サラダ ごはん おやつ：ぷりんorチョコクッキー	22 おやつ：プリン	23
24	25 おやつ：たべっ子どうぶつ	26 豚肉のさつまいも巻き キャベツの胡麻和え ごはん おやつ：ドーナツ	27 照り焼きチキン 小松菜の煮浸し さつまいもご飯 おやつ：バームロール	28 チャーハン 肉団子野菜スープ おやつ：カルピスゼリー orカントリーマーム	29	30
1	2	メモ				