



	4月28日(日曜日)	4月29日(月曜日)	4月30日(火曜日)
朝食	ジャムパン マカロニのトマト仕立て ポテトサラダ ジュース 	くるみロール ベーコンエッグ ブロccoliの煮浸し 牛乳 	ショコラロール 高野豆腐の玉子とじ かぼちゃサラダ 牛乳 
	I補給 - 350kcal 炭水化物 62.5g 蛋白質 5.7g 脂質 8.5g 食塩当量 0.9g	I補給 - 378kcal 炭水化物 41.6g 蛋白質 14.1g 脂質 16.7g 食塩当量 1.9g	I補給 - 423kcal 炭水化物 46.5g 蛋白質 15.0g 脂質 19.7g 食塩当量 1.2g
昼食	ちらし寿司 高野の煮物 青菜のわさび和え 赤だし 	<昭和の日> 筍ご飯 桜海老クリームコロッケ/キャベツ炒め 添え野菜 かぶの炊き合わせ そら豆の白和え 吸物	ご飯 白身魚のマヨネーズ焼き 添え野菜 竹輪の甘辛煮 チンゲン菜の和え物 味噌汁 
	I補給 - 529kcal 炭水化物 107.6g 蛋白質 14.3g 脂質 5.2g 食塩当量 4.4g	I補給 - 692kcal 炭水化物 109.2g 蛋白質 17.2g 脂質 21.2g 食塩当量 4.1g	I補給 - 526kcal 炭水化物 85.4g 蛋白質 22.2g 脂質 11.6g 食塩当量 3.2g
夕食	ご飯 鶏肉の味噌焼き 添え野菜 大根の煮物 二色和え 吸物 	ご飯 肉団子の中華煮 れんこんの煮物 三度豆の塩昆布和え スープ 	ご飯 豚肉の甘辛炒め 切干大根の煮物 胡瓜の酢の物 味噌汁 
	I補給 - 583kcal 炭水化物 85.1g 蛋白質 22.9g 脂質 17.9g 食塩当量 3.1g	I補給 - 515kcal 炭水化物 99.8g 蛋白質 14.3g 脂質 7.3g 食塩当量 4.6g	I補給 - 658kcal 炭水化物 101.3g 蛋白質 17.1g 脂質 21.3g 食塩当量 3.5g

卯月(うづき)

「卯の花が咲く月」が省略され「卯月」になったと言われています。卯の花は、空木(ウツギ)の別名で、白くてかわいい花を咲かせます。木々の緑が一番美しい季節でもあり、初夏の香りをを感じる月です。

花見

花見は主に桜の花を鑑賞し、春の訪れを祝う日本古来の風習です。桜は、春になり山からおりてきた田の神様が宿る木とされていたため、縁起の良い物として伝えられてきました。桜の塩漬けにお湯をさした桜湯は、今も婚礼などお祝いの席で振る舞われます。桜は日本人にとって縁深い花で、着物や小物などにあしらわれたり、桜そばや桜ご飯など、食べ物にも多く用いられています。

※仕入れの都合上、メニューが一部変更になる場合がございます。ご了承下さい。