



# 4月献立表

月替わり  
メニュー  
(月~金)

1食  
お弁当  
のみ **500円** (税込)

ごはん付セット570円(税込)大盛+30円

**月**                      **火**                      **水**                      **木**                      **金**

※土日祝祭日はお休みになります  
※お弁当は400Kcal前後になります

1日  
**鶏の唐揚げ**  
ハムステーキ  
大根コロ煮

2日  
**ソースメンチカツ**  
野菜天焼  
筍とキャベツ中華ソテー

3日  
**鯖の味噌煮**  
海鮮焼売  
スクランブルエッグ

4日  
**白身フライ**  
厚揚げ挽肉あん  
卵と肉のオイスター炒め

7日  
**塩マス焼**  
厚焼玉子  
筑前煮

8日  
**ハンバーグ**  
和風パスタ  
落とさつまの和風煮

9日  
**鶏の唐揚げ**  
ニラもやし坦々炒め  
切り干し大根煮

10日  
**豚すき焼き**  
餃子  
青梗菜ソテー

11日  
**ヒレカツ&カレー**  
キャベツマリネ  
菜の花磯和え

14日  
名古屋名物 **味噌カツ**  
茄子の生姜ソテー  
お豆サラダ

15日  
**麻婆豆腐**  
柚子香り茼蒿  
オクラ和え

16日  
トマトソース **ハンバーグ**  
目玉焼きフライ  
ほうれん草胡麻和え

17日  
**回鍋肉**  
大豆と大根味噌煮  
ビビンバ春雨

18日  
**アジフライ**  
麻辣野菜炒め  
マカロニサラダ

21日  
**カレー野菜あん**  
蓮根和風炒め  
油揚げと茼蒿ピリ辛煮

22日  
**W海老フライ**  
ビーフソテー  
若芽ポン酢和え

23日  
**スタミナ肉野菜炒め**  
小松菜炒り煮  
三角チーズポテト揚

24日  
**鯖西京焼**  
ひじき煮  
青菜なめ茸和え

25日  
**照りダレメンチ**  
オムレツ  
牛蒡の甘辛炒め

28日  
焼肉たれ **ハンバーグ**  
ナポリタン  
ミニ春巻

29日  
**昭和の日**

30日  
**鰻の照焼**  
はんぺん香焼  
切り昆布煮

いわき市配食サービス  
もご利用出来ます