



# 4がつ こんだてよていひょう

ところざわとくべつしえんがっこう

月	火	水	木	金
<p>13 ほうれんそうと もやしのソテー </p> <p>にんじん グラッセ  ハンバーグ </p> <p>こどもパン  コンソメスープ </p> <p>589kcal 735kcal</p>	<p>14 だいずとこんぶのもの </p> <p>かぶのなます  さわらのさいきょうやき </p> <p>なつみかん </p> <p>ごはん  とうふのみそしる </p> <p>604kcal 737kcal</p>	<p>15 いそべあえ </p> <p>とりのみそやき </p> <p>わかめ  あさりじる </p> <p>521kcal 663kcal</p>	<p>16 アメリカンドッグ </p> <p>やきそば  コーンスープ </p> <p>697kcal 911kcal</p>	<p>17 ふうじんづけ </p> <p>オレンジゼリー  コールスロー サラダ </p> <p>ポークカレーライス </p> <p>670kcal 877kcal</p>
<p>20 グリーンサラダ </p> <p>フレンチトースト  とうふのカレーに </p> <p>591kcal 750kcal</p>	<p>21 ぶたのしょうがやき </p> <p>ごまあえ </p> <p>むぎごはん  とんじる </p> <p>567kcal 721kcal</p>	<p>22 じゃがいものにも </p> <p>ほっけのしおやき </p> <p>オレンジ </p> <p>はるキャベツの みそしる </p> <p>528kcal 650kcal</p>	<p>23 はるさめサラダ </p> <p>あげぎょうざ </p> <p>チャーシューめん </p> <p>597kcal 806kcal</p>	<p>24 かつおのあげに </p> <p>バナナ  ちくぜんに </p> <p>むぎごはん  だいずもやしスープ </p> <p>596kcal 750kcal</p>
<p>27 そくせきピクルス </p> <p>やきカレーパン  コーンシチュー </p> <p>637kcal 817kcal</p>	<p>28 とうふのステーキ </p> <p>あさりのしょうがに  もやしの和え物 </p> <p>じゃがいもと しんたまねぎのみそしる </p> <p>525kcal 650kcal</p>	<p>29 しょうわのひ </p>	<p>30 やきとりレバー </p> <p>とうにゅうカレーうどん  ポテトサラダ </p> <p>578kcal 753kcal</p>	