

日	月	火	水	木	金	土
2	3 637kcal ちらし寿司 エビフライ 唐揚げ ウインナー 煮物	4 580kcal 豚すき風煮 コーンコロケ シューマイ	5 624kcal 懐かしの ソースチキンカツ シルバーサラダ	6 560kcal エビピラフ ハムカツ ごぼうサラダ	7 714kcal 酢鶏 ペンネサラダ フキ炒め	8
9	10 747kcal 鶏竜田揚げ (おろしソース) 中華春雨サラダ ひじき炒め	11 574kcal 昆布ご飯 コロケ ちくわ磯辺揚げ 肉だんご	12 697kcal 春の天井 (えびと春野菜)	13 665kcal 麻婆豆腐 豚肉の 野菜巻きフライ 玉子焼き ウインナー	14 594kcal チキン南蛮 (野菜のせ) シルバーサラダ	15
16	17 605kcal ハンバーグ マカロニサラダ	18 541kcal 菜めしご飯 アジフライ シューマイ きんぴらごぼう	19 617kcal 揚げ鶏 (ユーリンチーソース) 青菜の辛し和え ポテトサラダ	20 0kcal 春分の日	21 757kcal キーマカレー 唐揚げ	22
23	24 609kcal そばろご飯 白身フライ れんこん磯辺揚げ 玉子焼き	25 685kcal 麻婆春雨 かぼちゃコロケ 唐揚げ ウインナー	26 543kcal ささみ香草フライ シルバーサラダ レンコンきんぴら	27 603kcal 中華弁当 チンジャオオロス 春巻き シューマイ イカチリ	28 693kcal 手作り チーズハムカツ ナポリタン 青菜の千草和え	29
30	31 670kcal ごま唐揚げ 中華春雨サラダ きんぴらごぼう					

※材料の関係上、メニューが若干変更になる場合がございますが、ご了承願います。