

	日	月	火	水	木	金	土	日
	4月21日	4月22日	4月23日	4月24日	4月25日	4月26日	4月27日	4月28日
朝食	おじや ピルクル 金平ごぼう	かに雑炊 ピルクル 菜の花ともやしの和え物	おじや ピルクル 大根の炒め煮	かに雑炊 ピルクル ふきの金平	おじや ピルクル 煮豆(金時豆)	かに雑炊 ピルクル 里芋の ごま味噌かけ	おじや ピルクル しろ菜と蒲鉾の 和え物	おじや ピルクル ぜんまいの煮物
昼食	ごはん 牛乳 大豆とツナの カレー 洋風切干煮の ハム添え 玉じゃが	ごはん ミルクティー さわらの煮付け 高野とじゃこの 卵とじ かぼちゃもろこし サラダ	ごはん 牛乳 肉団子の プロヴァンス風 カリフラワーの カレー煮 うまい菜の ツナ和え	ごはん ココア 甘辛あんかけ豆腐 里芋と鶏肉の 照り煮 甘酢はんぺん	ごはん 牛乳 メヌケの味噌煮 豚肉とごぼうの 甘辛煮 青梗菜と竹輪の 和え物	ごはん コーヒー牛乳 さんま蒲焼 れんこん天 いんげんと鶏の 和え物	ごはん 牛乳 鶏天の みぞれあんかけ 長ひじき煮 白菜の ピリ辛お浸し	♪開園祭♪ オムライス コンソメスープ ポテトサラダ
おやつ	チョコプリン	ほうじ茶プリン	焼き芋プリン	プリン	パインゼリー	カップでヤクルト	お花見ようかん	ピーチパフェ
夕食	ごはん 味噌汁 (麩・三つ葉) 照り焼きチキン キャベツと揚げ の和え物	ごはん 味噌汁 (大根・油揚げ) 牛肉きのこ炒め さつま芋の甘露煮	ごはん 味噌汁 (豆腐・しめじ) 豚カルビ 卵の花炒り	ごはん 味噌汁 (ねぎ・ワカメ) さばのおろし煮 小松菜の 大豆マヨ和え	ごはん 味噌汁 (豆腐・えのき) メンチカツ オクラの 青じそ和え	ごはん 味噌汁 (ねぎ・しめじ) 牛肉の オイスター炒め 大根と 梅ザーサイ和え	ごはん 味噌汁 (麩・三つ葉) 豚肉の ちゃんちゃん焼風 さつま芋の レモン煮	海老天そば <代替食の方> 海老天ぷら 筍の姿煮
栄養価	1422kcal、食塩6.5g	1391kcal、食塩5.6g	1376kcal、食塩5.4g	1399kcal、食塩5.7g	1416kcal、食塩4.8g	1381kcal、食塩5.4g	1415kcal、食塩5.4g	1241kcal、食塩7.2g

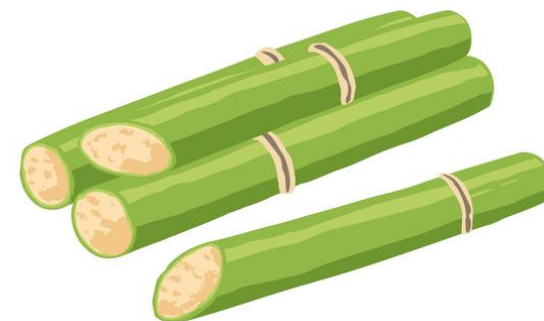
## 【サトウキビの日】

今週は食べ物に関する記念日をご紹介します。

毎年4月の第4日曜日は『サトウキビの日』。

1977年に沖縄県糖業振興協会によって制定されたもので、  
今年4月24日になります。

沖縄ではこの日に、優れたサトウキビの生産者を選び  
表彰する『サトウキビ競作会』も開かれます。



28日は開園祭です。

特別献立となっております。お楽しみに！



よねやまの里ホームページにも今週の献立表の掲載しています  
ご覧ください

\* ホームページ <http://matunami-fukushi.com/>