

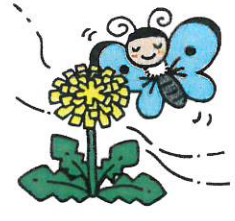


# 4月 献立表

月	火	水	木	金	土
			1	2	3
			鯛飯 鯛・塩麴・生姜・人参・油揚げ・みつば しょうゆ・塩・酒・みりん じゃがいものそぼろあんかけ 豚ミンチ・じゃがいも・絹さや・しょうゆ 三温糖・片栗粉 かつお和え ほうれん草・もやし・人参・かつお しょうゆ 清汁 大根・玉ねぎ・あおさ・しょうゆ・塩	筑前煮 鶏もも肉・筍・人参・糸こんにゃく・三温糖 みりん・しょうゆ 焼きさつまいも さつまいも・塩麴 酢の物 白菜・水菜・人参・しょうゆ・酢・すし酢 みそ汁 ごぼう・なめこ・ねぎ・みそ	ビビンバ丼 豚ミンチ・玉ねぎ・チンゲン菜・もやし・人参・ みそ・しょうゆ・三温糖・ごま油
					
			おにぎり りんご チーズ あずき・塩	オートミールクッキー 牛乳 オートミール・小麦粉・三温糖・塩・油・水	おにぎり りんご ゆかり粉
5	6	7	8	9	10
豆ごはん うすいえんどう豆・ちりめんじゃこ・塩 鶏肉の生姜みそ焼き 鶏もも肉・生姜・みそ・みりん・しょうゆ 三温糖 梅肉和え ほうれん草・キャベツ・人参・梅肉・しょうゆ 清汁 白菜・大根・豆苗・しょうゆ・塩	あじの照り焼き 鮭・しょうゆ・みりん・酒 きんぴら れんこん・ごぼう・ふき・しょうゆ・三温糖 みりん・ごま油 ごまマヨサラダ 菜の花・さつまいも・人参・カリフラワー マヨドレ・しょうゆ・ごま みそ汁 豆腐・えのき・ねぎ・みそ	豚肉と春野菜の黒酢煮 豚肉・筍・スナップえんどう・黒酢・しょうゆ 三温糖・片栗粉 粉ふき芋 じゃがいも・塩・バセリ カリカリじゃこ和え 小松菜・かぶ・人参・ちりめんじゃこ・しょうゆ 清汁 キャベツ・わかめ・焼麴・しょうゆ・塩	白身魚の磯辺焼き 白身魚・青のり・しょうゆ・みりん・酒 大根のカレー炒め煮 鶏ミンチ・大根・しめじ・しょうゆ・みりん カレー粉・油・片栗粉 ブロッコリーのさっぱりサラダ ブロッコリー・人参・コーン・しょうゆ・酢・すし酢 オリーブ油 みそ汁 さつまいも・油揚げ・水菜・みそ	手羽元のケチャップ焼き 手羽元・三温糖・塩麴・ケチャップ・しょうゆ こんにゃくの甘辛炒め 糸こんにゃく・もやし・パプリカ(赤)・ピーマン しょうゆ・三温糖・油 ツナ和え チンゲン菜・白菜・人参・ツナ・しょうゆ スープ 長いも・玉ねぎ・レタス・しょうゆ・塩 コンソメ	切干し肉うどん 豚肉・切干大根・キャベツ・白ねぎ・小松菜 三温糖・しょうゆ・油・みりん・塩・乾麴 サラダ じゃがいも・人参・豆苗・マヨドレ・しょうゆ
ホットケーキ 牛乳 ホットケーキmix・牛乳・ジャム	みたらしパン 牛乳 食パン・しょうゆ・三温糖・片栗粉・水	黒糖ういろう オレンジ 牛乳 米粉・上新粉・黒糖・水	おにぎり りんご チーズ わかめ	黒ごまクッキー 牛乳 小麦粉・黒ごま・豆乳・油・三温糖・塩	おにぎり りんご かつお・しょうゆ
12	13	14	15	16	17
れんこんごはん れんこん・人参・みぶな・しょうゆ・みりん 鮭の西京焼き 生鮭・白みそ・しょうゆ・みりん・酒 ゆかり和え ほうれん草・白菜・人参・ゆかり粉・しょうゆ 清汁 玉ねぎ・しめじ・ねぎ・しょうゆ・塩	鶏肉の塩麴焼き 鶏もも肉・塩麴・三温糖・酒 切り干し大根韓国風炒め 切干大根・もやし・ニラ・人参・しょうゆ 三温糖・ごま油 豆々サラダ 金時豆・水煮大豆・三度豆・玉ねぎ マヨドレ・しょうゆ みそ汁 じゃがいも・キャベツ・みそ	豚肉の生姜炒め 豚肉・玉ねぎ・しめじ・生姜・しょうゆ 三温糖・酒・油 焼きれんこん れんこん・人参・青のり・しょうゆ・三温糖 油 ポン酢和え 大根・水菜・人参・かぼす果汁・しょうゆ 清汁 筍・わかめ・しょうゆ・塩	鯖の和風あんかけ 鯖・塩麴・片栗粉・玉ねぎ・豆苗 しょうゆ・みりん・塩 ごぼうの土佐煮 ごぼう・人参・かつお・しょうゆ・三温糖・油 磯辺和え チンゲン菜・もやし・人参・焼きのり・しょうゆ みそ汁 小松菜・油揚げ・みそ	夕焼けごはん 人参・パプリカ(黄)・アスパラ・ツナ・ケチャップ 塩 ささみのコーンフレーク焼き 鶏ささみ・塩麴・しょうゆ・みりん・片栗粉 コーンフレーク・油 サラダ ブロッコリー・じゃがいも・人参・マヨドレ・塩 スープ 春雨・レタス・スナップえんどう・しょうゆ・塩 コンソメ	和風スパゲティ 豚肉・玉ねぎ・エリンギ・人参・小松菜・油 しょうゆ・みりん・塩・スパゲティ
カルピス蒸しパン 牛乳 小麦粉・BP・ホットケーキmix・カルピス・牛乳 水	牛乳クリームパン 牛乳 食パン・牛乳・三温糖・コーンスターチ	かるかん オレンジ 牛乳 長いも・上新粉・BP・三温糖・水	おにぎり りんご チーズ 鶏ミンチ・ねぎ・みそ・しょうゆ・三温糖・みりん	アップル餃子 牛乳 りんご・餃子の皮・クリームチーズ・三温糖	おにぎり りんご 梅肉・かつお・しょうゆ
19	20 たいようお弁当日	21	22	23 お誕生会	24
筍ごはん 筍・人参・しょうゆ・みりん 白身魚の梅塩麴焼き 白身魚・塩麴・梅肉・みりん ごま和え 水菜・白菜・人参・ごま・練りごま・しょうゆ 三温糖 清汁 長いも・しろ菜・ねぎ・しょうゆ・塩	鶏肉のマーメレード焼き 鶏もも肉・マーメレード・しょうゆ・塩麴 ひじき煮 ひじき・れんこん・人参・しょうゆ・三温糖 酢の物 小松菜・コーン・人参・春雨・酢・すし酢 しょうゆ みそ汁 じゃがいも・もやし・しめじ・みそ	ホイコーロー風 豚肉・キャベツ・ピーマン・玉ねぎ・赤みそ しょうゆ・三温糖・酒・油 さつまいもシナモン焼き さつまいも・バター・しょうゆ・シナモン ナムル チンゲン菜・カリフラワー・人参・しょうゆ 三温糖・ごま油 スープ 白菜・白ねぎ・ニラ・しょうゆ・塩・コンソメ	鱈の竜田焼き 鱈・生姜・しょうゆ・みりん・酒・片栗粉 大豆のトマト煮 豚ミンチ・水煮大豆・ブロッコリー・大根 人参・ホールトマト・三温糖 梅かつお和え もやし・ごぼう・水菜・人参・梅肉・かつお しょうゆ みそ汁 玉ねぎ・ほうれん草・焼麴・みそ	ふきのおすし ふき・人参・ちりめんじゃこ・高野豆腐 しょうゆ・三温糖・塩・酢・すし酢 鶏肉のパン粉チーズ焼き 鶏むね肉・パン粉・チーズ・しょうゆ・みりん・酒 バセリ スパゲティサラダ キャベツ・アスパラ・人参・スパゲティ・塩 三温糖・酢・油 かきたま汁 卵・みつば・しょうゆ・塩・片栗粉	和風カレー丼 豚肉・玉ねぎ・じゃがいも・スナップえんどう カレー粉・片栗粉 清汁 小松菜・大根・コーン・しょうゆ・塩
甘納豆蒸しパン 牛乳 米粉・BP・三温糖・塩・豆乳・油・酢・甘納豆	じゃこトースト 牛乳 食パン・ちりめんじゃこ・マヨドレ・青のり	ゆかりせんべい オレンジ 牛乳 白玉粉・豆腐・三温糖・ゆかり粉・ごま	おにぎり りんご チーズ 昆布・しょうゆ・三温糖・みりん	桜ケーキ 牛乳 小麦粉・BP・三温糖・酢・油・豆乳・桜の葉	おにぎり りんご わかめ
26	27	28	29 昭和の日	30 子どもの日	
そぼろご飯 豚ミンチ・玉ねぎ・人参・絹さや・しょうゆ・みりん 鶏肉の香り焼き 鶏もも肉・塩麴・しょうゆ・みりん・酒・ニラ 片栗粉 さっぱり和え チンゲン菜・レタス・人参・しょうゆ・酢・すし酢 清汁 白菜・えのき・水菜・しょうゆ・塩	白身魚のおろしあんかけ 白身魚・塩麴・大根・カイワレ大根・しょうゆ みりん・酒・片栗粉 厚揚げの煮物 厚揚げ・人参・しょうゆ・三温糖 ゆかりサラダ 小松菜・キャベツ・人参・ゆかり粉・マヨドレ みそ汁 さつまいも・わかめ・ねぎ・みそ	鶏肉の玉ねぎソース 鶏もも肉・塩麴・片栗粉・玉ねぎ・しょうゆ 三温糖・酢・酒 中華風炒め ブロッコリー・パプリカ(赤)・しょうゆ・三温糖 片栗粉・ごま油 しらす和え かぶ・ほうれん草・人参・ちりめんじゃこ しょうゆ 豆乳スープ 豆乳・じゃがいも・れんこん・豆苗・しょうゆ 塩・コンソメ		おこわ ベーコン・人参・筍・生姜・しょうゆ・みりん 酒・ごま油・もち米 鯖のカレー竜田焼き 鯖・塩麴・しょうゆ・みりん・酒・カレー粉 片栗粉 コロコロサラダ ツナ・さつまいも・人参・アスパラ・コーン ケチャップ・マヨドレ・しょうゆ 清汁 豆腐・水菜・とろろ昆布・しょうゆ・塩	
もちりごまチーズパン 牛乳 ホットケーキmix・白玉粉・豆乳・チーズ・黒ごま 水	食パン 牛乳 食パン・ジャム	人参ゼリー オレンジ 牛乳 人参ジュース・オレンジジュース・三温糖 寒天・水		こいのぼりクッキー 牛乳 小麦粉・豆乳・油・三温糖・塩・ココア	

乳児の朝おやつ 月 牛乳・せんべい  
火 牛乳・クラッカー  
水 牛乳・ビスケット  
木 牛乳・せんべい  
金 牛乳・クラッカー  
土 牛乳・せんべい

※材料の都合により献立の変更もあります