

4月献立表

日付	曜日	献立名	材料	そよかぜおやつ
1	木	関東煮 ほうれん草とえのきのお浸し みそ汁	鶏肉 厚揚げ さつま揚げ さといも 大根 人参 こんにゃく ほうれん草 人参 えのきたけ 麩 玉ねぎ 人参 わかめ	菓子 牛乳
2	金	魚の塩焼き きんぴらごぼう すまし汁	さけ ちくわ ごぼう 人参 こんにゃく さやえんどう ごま 豆腐 油揚げ 小松菜 人参 ねぎ	菓子 牛乳
5	月	マーボー豆腐 スナップえんどうのナムル 果物	豆腐 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 干しいたけ なら 生姜 キャベツ スナップえんどう 人参 ごま キウイフルーツ	菓子 牛乳
6	火	鶏肉のマーマレード焼き フレンチサラダ 豆乳スープ	鶏肉 マーマレード キャベツ きゅうり 人参 とうもろこし ベーコン 白菜 玉ねぎ 人参 しめじ 豆乳	手作りのクッキー 牛乳 バター 砂糖 卵 小麦粉
7	水	さばのカレーしょうゆ焼き 春キャベツとさやえんどうの炒め物 中華スープ	さば ベーコン キャベツ 玉ねぎ 人参 さやえんどう 豚肉 チンゲンサイ 人参 生姜 白ねぎ	菓子 牛乳
9	金	豚肉の生姜炒め マカロニサラダ みそ汁	豚肉 玉ねぎ パプリカ ピーマン きくらげ 生姜 ツナ マカロニ きゅうり 人参 とうもろこし 豆腐 白菜 人参 しめじ	パン 牛乳
12	月	ちくわの磯辺あげ 青菜のおひたし さつま汁	ちくわ 青のり 小松菜 わかめ かつお節 鶏肉 厚揚げ さつまいも 人参 ごぼう しめじ ねぎ	菓子 牛乳
13	火	がんもどきのそぼろ煮 新たまねぎのみそ汁 小松菜納豆	鶏ひき肉 がんもどき じゃがいも 大根 人参 こんにゃく 枝豆 油揚げ 麩 玉ねぎ 人参 わかめ 納豆 ちりめん 小松菜	パン 牛乳
14	水	トマトハヤシシチュー ジャーマンポテト 果物	豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ マッシュルーム グリンピース ベーコン じゃがいも 玉ねぎ パセリ オレンジ	菓子 牛乳
15	木	白身魚のお好み焼き風 ほうれん草のと人参のごまあえ 中華スープ	ホキ かつお節 青のり ほうれん草 人参 ごま 鶏ひき肉 チンゲン菜 玉ねぎ 人参 えのきたけ	じゃが団子 牛乳 じゃがいも 牛乳 砂糖 しょうゆ 片栗粉
16	金	酢豚 チンゲン菜の中華あえ おかかふりかけ	豚肉 生姜 キャベツ 玉ねぎ 人参 たけのこ しいたけ ピーマン 卵 チンゲン菜 人参 もやし かつお節 ごま	菓子 牛乳
19	月	鶏肉のゆかり焼き 切干大根のサラダ コンソメスープ	鶏肉 ゆかり 切干大根 人参 きゅうり ごま ベーコン 玉ねぎ 人参 レタス	菓子 牛乳
20	火	高野豆腐のオランダ煮 青菜ときのこのツナあえ 肉団子と野菜のスープ	高野豆腐 ツナ 小松菜 人参 しめじ エリンギ とうもろこし ごま 鶏ひき肉 生姜 白菜 人参 ねぎ	牛乳もち 牛乳 牛乳 片栗粉 砂糖 きな粉
21	水	豚肉とキャベツのみそ炒め 春雨スープ 大豆の甘辛揚げ	豚肉 生姜 キャベツ ピーマン パプリカ ねぎ ベーコン 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 干しいたけ ねぎ 春雨 大豆	菓子 牛乳
22	木	さけのマッシュポテト焼き 青菜とコーンのごまあえ もずく入りみそ汁	さけ マッシュポテト キャベツ 小松菜 人参 きゅうり とうもろこし ごま 豆腐 油揚げ 玉ねぎ もずく 人参 ねぎ	パン 牛乳
23	金	春野菜の煮物 チンゲン菜のしらすあえ 果物	鶏肉 さつま揚げ 里芋 玉ねぎ たけのこ 人参 いんげん こんぶ チンゲン菜 もやし ちりめん バナナ	菓子 牛乳
26	月	八宝菜 ほうれん草の磯あえ 焼きししゃも	豚肉 いか かまぼこ 白菜 白ねぎ たけのこ 人参 しいたけ きくらげ 生姜 ほうれん草 白菜 のり ししゃも	パン 牛乳
27	火	鶏肉のソース漬けソテー 春キャベツのしらすあえ 相性汁	鶏肉 生姜 油揚げ 人参 小松菜 キャベツ もやし ちりめん ベーコン じゃがいも 玉ねぎ 人参 ごぼう 干しいたけ ねぎ 牛乳	菓子 牛乳
28	水	さわらの五目あんかけ みそ汁 果物	さわら 生姜 玉ねぎ 人参 えのきたけ たけのこ さやえんどう キャベツ 人参 油揚げ わかめ パイナップル	磯の香おにぎり 牛乳 米 ちりめん かつお節 青のり
30	金	ブルコギ サムゲタン風スープ ピーマンの塩昆布あえ	牛肉 玉ねぎ もやし 人参 なら ごま 鶏肉 大根 人参 白ねぎ 生姜 ピーマン もやし 塩こんぶ ごま	菓子 牛乳

※ 行事・材料などの都合により内容が一部変更になることがあります。