4月の献立表

日	曜日	10時おやつ（キッズ）	献立名	15時おやつ（ファミリー）	食品名 血・肉・骨をつくる	食品名 力と体温となる	食品名 からだの調子を整える
1	水	牛乳 クラッカー	パン　フルーツ 水餃子　牛乳 バンバンジーサラダ	ひじきおにぎり	牛乳 水餃子 ささみ	パン	フルーツ 白菜、人参、もやし、しめじ、ねぎ キャベツ、きゅうり
2	木	牛乳 チーズ	親子丼　フルーツ ごま酢和え 中華スープ	かぼちゃクッキー	卵、鶏肉 わかめ、しらす	米 ごま 春雨	玉ねぎ、人参、いんげん　フルーツ キャベツ、きゅうり 干ししいたけ、にら
3	金	牛乳 ビスケット	ご飯　吸い物 魚の南部焼き　フルーツ 春雨サラダ	ツナサンド	豆腐 魚 ハム	米 ごま 春雨	チンゲン菜、人参 トマト　フルーツ きゅうり、赤ピーマン
4	土	牛乳 せんべい	具うどん　フルーツ 竹輪の磯辺揚げ 白菜の香り和え	せんべい	わかめ、卵 竹輪、青のり ハム	うどん、味付き揚げ ごま	ねぎ　フルーツ 白菜、きゅうり、しそ
5	日						
6	月	牛乳 ビスコ	ご飯　中華スープ 魚のケチャップ炒め　フルーツ ほうれん草ナムル	マーマレードマフィン	魚 かまぼこ	米　春雨 ごま	きくらげ、ねぎ 玉ねぎ、にんにく、生姜　フルーツ ほうれん草、人参
7	火	牛乳 クラッカー	ご飯　吸い物 すき焼き風煮　フルーツ さつまいも甘煮	麩ラスク	わかめ 鶏肉、豆腐 さつまいも	米 しらたき	玉ねぎ、ねぎ 白菜、人参、しめじ、ねぎ　フルーツ
8	水	牛乳 チーズ	パン　フルーツ 肉団子スープ　牛乳 海藻サラダ	わかめおにぎり	肉団子　牛乳 海藻ミックス、カニカマ	パン	フルーツ 玉ねぎ、人参、ブロッコリー、トマト缶 キャベツ、きゅうり、コーン
9	木	牛乳 かりんとう	ご飯　吸い物 魚の煮つけ　フルーツ ジャーマンポテト	ジャムサンド	魚 ウインナー	米　高野豆腐 じゃがいも	小松菜 生姜　フルーツ 玉ねぎ、人参
10	金	牛乳 ビスケット	ご飯　かきたま汁 鶏肉のマヨチーズ焼き　フルーツ 大根と厚揚げの煮物	フルーツゼリー	卵 鶏肉、チーズ 厚揚げ	米	玉ねぎ、チンゲン菜 ブロッコリー　フルーツ 大根、人参、いんげん
11	土	牛乳 せんべい	チキンライス　フルーツ コールスローサラダ コンソメスープ	クリームコンフェ	鶏肉 ハム ベーコン	米 じゃがいも	玉ねぎ、人参、グリンピース　フルーツ キャベツ、きゅうり 玉ねぎ、パセリ
12	日						
13	月	牛乳 クラッカー	ご飯　みそ汁 ミートボールのケチャップ煮 ポテトサラダ　フルーツ	プリン	わかめ、豆腐、油揚げ 肉団子 ハム	米 じゃがいも	玉ねぎ　フルーツ 人参、きゅうり
14	火	牛乳 せんべい	鮭ご飯　コンソメスープ スマイルポテト　フルーツ 菜種和え	ピザトースト	鮭フレーク　ベーコン 卵	米 じゃがいも	キャベツ、玉ねぎ、パセリ フルーツ ほうれん草、人参
15	水	牛乳 ビスコ	パン　フルーツ 豆乳マカロニスープ　牛乳 ツナサラダ	ゆかりおにぎり	豆乳、鶏肉　牛乳 ツナフレーク	パン マカロニ、じゃがいも	フルーツ 玉ねぎ、人参、グリンピース キャベツ、きゅうり
16	木	牛乳 ビスケット	カレーライス ドレッシングサラダ デザート	ジャムクレープ	合挽ミンチ ハム	米、じゃがいも	玉ねぎ、人参、グリンピース、生姜、にんにく キャベツ、きゅうり、コーン
17	金	牛乳 せんべい	ご飯　卵スープ 魚のフライ　フルーツ 大根のそぼろ煮	いちごババロア	卵 魚 鶏ひき肉	米	玉ねぎ、ねぎ キャベツ　フルーツ 大根、人参、グリンピース
18	土	牛乳 ビスコ	ちゃんぽん　フルーツ しゅうまい 胡麻和え	丸ボーロ	豚肉、えび、牛乳 しゅうまい	中華麺 ごま	キャベツ、人参、もやし、絹さや フルーツ 小松菜、人参
19	日						
20	月	牛乳 せんべい	わかめご飯　野菜スープ 魚のムニエル　フルーツ 切干大根の煮物	きな粉マカロニ	わかめ 魚 角天	米 じゃがいも	キャベツ、玉ねぎ、パセリ フルーツ 切干大根、人参、いんげん
21	火	牛乳 ビスケット	豚丼　フルーツ カニカマサラダ 吸い物	マンゴープリン	豚肉 カニカマ	米、しらたき 花麩	玉ねぎ、人参、ねぎ　フルーツ キャベツ、きゅうり、コーン ほうれん草
22	水	牛乳 ビスコ	パン　フルーツ かぼちゃスープ　牛乳 チキンサラダ	芋ようかん	鶏肉　牛乳 ささみ	パン	フルーツ かぼちゃ、玉ねぎ、人参、グリンピース キャベツ、きゅうり、コーン
23	木	牛乳 クラッカー	ご飯　吸い物 鶏肉のマーマレード焼き　フルーツ 白菜とツナの煮浸し	チーズトースト	卵 鶏肉 ツナフレーク	米 スパゲティ	玉ねぎ、えのき、ねぎ フルーツ 白菜、人参
24	金		春の遠足♪				
25	土	牛乳 せんべい	マーボー丼　フルーツ えびとアスパラの中華炒め のっぺい汁	ミニどら焼き	豚ミンチ、豆腐 えび 鶏肉、油揚げ	米 里芋	玉ねぎ、もやし、人参、グリンピース アスパラ、パプリカ　フルーツ 大根、干ししいたけ、ねぎ
26	日						
27	月	牛乳 ビスコ	ご飯　みそ汁 魚の塩焼き　フルーツ マカロニサラダ	リンゴ蒸しパン	わかめ 魚 ツナフレーク	米 人参 マカロニ	白菜、ねぎ フルーツ ミックスベジタブル、きゅうり
28	火	牛乳 ビスケット	ご飯　吸い物 鶏肉の南部焼き　フルーツ かぼちゃサラダ	大学芋	わかめ 鶏肉 ハム	米 ごま	ねぎ フルーツ かぼちゃ、玉ねぎ、きゅうり
29	水						
30	木	牛乳 せんべい	ハヤシライス キャベツさっぱり和え フルーツ	ひまわりヨーグルト	牛肉 わかめ	米 ごま	玉ねぎ、人参、マッシュルーム、グリンピース キャベツ、小松菜、コーン フルーツ

※仕入れ等の関係で、献立を変更する場合があります。