

4月のこんだて

入園・進級おめでとうございます
 献立やメニューについて質問等ありましたら
 いつでも厨房職員にお声かけ下さい。

1・ごはん ・肉じゃが (豚肉、玉ねぎ、人参、白滝) ・小松菜の酢みそ和え (小松菜、もやし) ・わかめのみそ汁	2・ごはん ・魚の塩焼き ・ひじき煮 (ごぼう、れんこん、人参) ・さつまいものサラダ (さつまいも、じゃがいも) ・キャベツのみそ汁	3・ごはん ・魚のねぎ梅焼き ・ごぼうの炒り煮 (ごぼう、人参、こんにゃく) ・キャベツの和え物 (キャベツ、小松菜、人参) ・大根のみそ汁
・じゃこおにぎり ・㊦昆布・フルーツ	・じゃがいものチヂミ ・㊦煮干	・いちごの白玉団子 ・㊦昆布

5・ごはん ・魚の塩焼き ・切干大根の煮物 (切干大根、人参、れんこん) ・かぼちゃサラダ (かぼちゃ、玉ねぎ、人参) ・小松菜のみそ汁 ・赤飯おにぎり ・㊦昆布	6・ごはん ・ほっけ ・根菜の煮物 (ごぼう、れんこん、人参) ・のらぼう菜のお浸し (白菜、のらぼう菜、人参) ・白菜のみそ汁 ・ふかしじゃがいも ・㊦するめ・フルーツ	7・ごはん ・鶏肉の照り焼き ・キャベツのブイヨン煮 (キャベツ、玉ねぎ、ひよこ豆) ・スパゲッティサラダ (人参、玉ねぎ、レタス) ・まいたけのスープ ・人参の蒸しパン ・㊦煮干	8・ごはん ・魚の塩焼き ・じゃがいものそぼろ煮 (鶏ひき肉、じゃがいも) ・キャベツの和風サラダ (キャベツ、ひじき、しめじ) ・玉ねぎのみそ汁 ・のり巻きおにぎり ・㊦ぬか漬け	9・ごはん ・車麩のから揚げ ・根菜の煮物 (ごぼう、大根、人参) ・キャベツのゆかり和え (キャベツ、ゆかり) ・もやしのみそ汁 ・いちごジャムのケーキ ・㊦昆布	10・ごはん ・魚の照り焼き ・キャベツの甘酢漬け (キャベツ、人参、わかめ) ・高野豆腐と根菜の煮物 (大根、ひじき、しいたけ) ・あおさのみそ汁 ・鶏ごぼうごはん ・㊦昆布
12・鮭ごはん ・根菜のきんぴら煮 (ごぼう、人参、高野豆腐) ・小松菜の梅和え (キャベツ、小松菜、梅干し) ・長ねぎのみそ汁 ・りんごのケーキ ・㊦煮干	13・ごはん ・魚のしょうが焼き ・かぼちゃの甘煮 (かぼちゃ、刻み昆布) ・キャベツのお浸し (キャベツ、もやし、人参) ・まいたけのみそ汁 ・黒米おにぎり ・㊦するめ	14・ごはん ・魚の照り焼き ・切干大根の煮物 (切干大根、れんこん、油揚げ) ・うどの酢みそ和え (うど、ブロッコリー、さき身) ・えのきのみそ汁 ・ふかしいも ・㊦昆布・フルーツ	15・ごはん ・麻婆豆腐 (豆腐、豚ひき肉、ねぎ、にら) ・切干のはりはり漬け (切干大根、人参、刻み昆布) ・わかめのスープ ・ふきみそおにぎり ・㊦大根	16・ごはん ・鶏肉のみそ煮 (鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ) ・ほうれん草のお浸し (ほうれん草、もやし) ・すまし汁 ・お野菜ケーキ ・㊦煮干	17・ごはん ・魚の塩焼き ・根菜とひじきの煮物 (ごぼう、高野豆腐、れんこん) ・青菜のおかか和え (キャベツ、小松菜、人参) ・小松菜のみそ汁 ・アップルパイ風 ・㊦するめ
19・ごはん ・魚の照り焼き ・もやしの梅和え (もやし、小松菜、人参、のり) ・かぼちゃのレーズン煮 (かぼちゃ、レーズン) ・しめじのみそ汁 ・のり巻きおにぎり ・㊦たくあん	20・ひじきごはん ・鶏肉と春野菜の煮物 (鶏肉、じゃがいも、キャベツ) ・小松菜のおかか和え (小松菜、もやし、人参) ・わかめのみそ汁 ・パン ・㊦昆布	21・山菜うどん (わらび、なめこ、青菜) ・きんぴられんこん (人参、れんこん、ごま) ・キャベツのごま和え (キャベツ、ごま、さき身) ・たけのこおにぎり ・㊦人参	22・ごはん ・魚の梅みそ焼き ・五目豆 (人参、れんこん、ひよこ豆) ・小松菜のごま和え (もやし、小松菜、人参、ごま) ・せりのみそ汁 ・ふかしじゃがいも ・㊦するめ・フルーツ	23・しらすごはん ・ぶりとかぶの煮物 (ぶり、かぶ、かぶの葉) ・キャベツの梅和え (キャベツ、もやし、人参) ・ぬか漬け ・人参のみそ汁 ・さつまいものケーキ ・㊦煮干	24・昆布の混ぜごはん (鶏ひき肉、人参、青ねぎ) ・五目煮 (人参、こんにゃく、ひよこ豆) ・もやしの酢の物 (もやし、小松菜、油揚げ) ・長ねぎのみそ汁 ・よもぎ団子 ・㊦するめ
26・ごはん ・魚の照り焼き ・和風じゃがいもサラダ (じゃがいも、レタス、のり) ・トマトのマリネサラダ (トマト、スナップえんどう) ・大根のみそ汁 ・よもぎ蒸しパン ・㊦昆布	27・ごはん ・魚の塩焼き ・セロリのきんぴら (セロリ、人参、れんこん) ・小松菜のお浸し (小松菜、もやし、油揚げ) ・しいたけのみそ汁 ・ふかしいも ・㊦するめ・フルーツ	28・ごはん ・ししゃものマリネ ・切干大根のブイヨン煮 (切干大根、玉ねぎ、お豆) ・キャベツの和風サラダ (キャベツ、ブロッコリー) ・ごぼうのみそ汁 ・グリーンピースおにぎり ・㊦煮干		30・ごはん ・鶏肉と大根煮 (鶏手羽元、大根) ・じゃがいもサラダ (じゃがいも、ブロッコリー) ・白菜のスープ ・小松菜のケーキ ・㊦煮干	

※㊦：スティックの卵
 おやつには全クワ入に
 歯固めの食材が
 つきます。