

日	曜日	献立	おやつ	赤の仲間	緑の仲間	黄の仲間
				体をつくる	体の調子を整える	熱や力のもと
4	月	マカロニ入りシチュー ブロッコリーの塩茹で 切り干し大根のサラダ	牛乳 ホットケーキ	牛乳、鶏肉、スキムミルク かにかま、卵 スキムミルク	人参、玉葱、青菜 大根、ブロッコリー、ワカ きゅうり、切り干し大根	じゃが芋、シチューミックス 油、砂糖、小麦粉 マーガリン、マカロニ
5	火	魚の照り焼き おからの煮付け さつま芋とりんごのきんとん	牛乳 焼きビーフン	牛乳、魚、おから、油揚げ ちくわ、ベーコン、スキムミルク	人参、ゴボウ、コンニャク、 椎茸、葱、りんご 玉葱、キャベツ、ピーマン	さつま芋、油、砂糖 ビーフン
6	水	豆腐とツナのハンバーグ 青菜と卵のソテー 粉ふき芋、ふりかけ	牛乳 さつまいも スティック揚げ	牛乳、ツナ缶、スキムミルク 卵、小魚、干しえび ベーコン	玉葱、ひじき、青菜、 人参、青海苔	パン粉、じゃがいも 油、さつまいも
7	木	竹輪の磯辺揚げ 七福なます ひじきのじゃこ煮	牛乳 七草粥(7) 野菜雑炊(21)	牛乳、ちくわ、卵、油揚げ かまぼこ、ちりめん ムキエビ	青菜 人参、きゅうり、ひじき 大根	小麦粉、砂糖、油 ごま
8	金	松風焼き、黒豆 筑前煮、ブロッコリーの塩茹で さつま芋ご飯	牛乳 ぜんざい 塩昆布	牛乳、鶏肉、鶏ミンチ 味噌、卵、ちくわ 豆腐	玉葱、椎茸、ごぼう レンコン、インゲン、人参 ブロッコリー、昆布	パン粉、油、黒豆 さつま芋、砂糖 白玉粉、ごま、小豆
22	金	中華丼 焼きししゃも ほうれん草の白和え	牛乳 お菓子 昆布	牛乳、豚肉、E、ゆ ししゃも、ウズラ卵 豆腐、味噌	人参、白菜、水煮筍 キクラゲ、チンゲンサイ、ヒジキ かぼちゃ、昆布、青菜	砂糖、片栗粉 お菓子、ごま油、油
9	土	田舎うどん 果物	牛乳 おにぎり	牛乳、鶏肉、厚揚げ ちくわ	白菜、ゴボウ、コンニャク しめじ、ネギ、人参 大根、果物	ごま油、干しうどん 片栗粉、さつま芋
25	月	高野豆腐の卵とじ キャベツの甘酢味 トマト	牛乳 マヨジャコ トースト	牛乳、鶏肉、高野豆腐 ちりめん、卵、かにかま	玉葱、人参、大根、 青菜、キャベツ、わかめ きゅうり	砂糖、油、じゃがいも ゴマ、食パン、マヨネーズ
12	火	魚の味噌煮 五目和え さつま芋の甘煮	牛乳 お好み焼き	牛乳、魚、味噌 豆腐、油揚げ 卵、スキムミルク、ちくわ	椎茸、しらたき、青菜、 人参、キャベツ、昆布 大根	さつま芋、砂糖 小麦粉、油 山芋
13	水	三色丼 さつま汁 みかん	牛乳 かぼちゃ ケーキ	牛乳、鶏ミンチ、卵 豚肉、油揚げ、ちくわ 味噌	人参、ゴボウ、青菜、ねぎ 白菜、大根、コンニャク シメジ、かぼちゃ	さつま芋、油、砂糖 小麦粉、マーガリン
14	木	豚肉と野菜の煮物 レバーの煮付け 青菜の納豆和え	牛乳 チーズパン サンド	牛乳、豚肉、平天、厚揚げ 納豆、鰹節、鶏レバー ちりめん、卵、チーズ	人参、大根、コンニャク、昆布 インゲン、生姜、青菜 パン	里芋、油、ゴマ、砂糖 バターロールパン
15	金	大豆入りドライカレー ゆで卵 揚げじゃが芋と野菜のサラダ	牛乳 ふかし芋	牛乳、合いびき肉、大豆 卵、ベーコン	玉葱、人参、ピーマン、ゴボウ キャベツ、キュウリ、パプリカ ヤングコーン	じゃが芋、さつま芋 油、カレールウ フレンチドレッシング
16	土	やきそば 果物	牛乳 お菓子	牛乳、豚肉、かまぼこ オイスターソース	人参、ネギ、キャベツ 玉葱、もやし 果物	中華そば、油

三歳未満児には、10時のおやつがあります。