



# 4月の予定献立表



日	曜日	献立名	おやつ	血や肉、骨をつくる。(あか)	力や熱となる。(きいろ)	体の調子をととのえる。(みどり)
1	金	入学式				
2	土	ポロポロジュシー ミートボール ゆで卵 土佐和え オレンジ	牛乳 ジャムサンド	豚かたロース 鶏卵 かつお・削り節 牛乳(赤箱)	精白米 食パン	りんご にんじん 乾しいたけ きゅうり ネーブル オレンジマーマレード
4	月	ご飯 ポークカレー 白菜サラダ シーアサザゼリー	牛乳 三月菓子	豚かたロース 鶏レバー 牛乳(赤箱) 鶏卵	精白米 じゃがいも グラニュー糖 小麦粉	バナナ たまねぎ にんじん かぼちゃ はくさい きゅうり りんご
5	火	あわご飯 すまし汁 チキンマレード煮 からし菜白和え りんご	梅ゼリー クラッカー	鶏肉もも肉 沖縄豆腐 ツナ缶 パールアガー	精白米 あわ きび糖	野菜生活 ベリーサラダ ごまつな しめじ マーマレードジャム たまねぎ にんじん からしな りんご うめシロップ
6	水	スパゲティミートソース コーンスープ キャベツサラダ 固形ヨーグルト	ヤクルト 味噌おにぎり	豚ひき肉 豚レバー チーズ パルメザン 鶏卵 固形ヨーグルト かつお・削り節	スパゲッティ 小麦粉 片栗粉 グラニュー糖 精白米 三温糖	にんじん たまねぎ 乾しいたけ スイートコーン缶 葉ねぎ キャベツ みかん缶
7	木	麦ご飯 みそ汁 揚げ魚甘酢あんかけ かぼちゃの炒め煮 パイン缶	牛乳 揚げパン	油揚げ ホキ 鶏ひき肉 牛乳(赤箱) きな粉	精白米 押麦 片栗粉 グラニュー糖 ロールパン	りんご だいこん 葉ねぎ たまねぎ 青ピーマン たけのこ 水煮 かぼちゃ パイン缶
8	金	麦ご飯 イナムドッチ ひじき入り厚焼卵 きゅうりとわかめの酢の物 バナナ	牛乳 ソーメンタシャ-	ぶたかたロース 蒸かまぼこ 鶏ひき肉 鶏卵 乾燥わかめ 牛乳(赤箱) ツナ缶	精白米 押麦 イナムドッチこんにやく 三温糖 グラニュー糖 そうめん乾	バナナ だいこん 乾しいたけ 葉ねぎ にんじん たまねぎ きゅうり いら
9	土	煮込みうどん もずく酢の物 オレンジ	牛乳 鮭おにぎり	ぶたかたロース おきなわもずく 牛乳(赤箱) さけフレーク瓶詰	うどん グラニュー糖 精白米 ごま(白)	りんご にんじん キャベツ たまねぎ 乾しいたけ 葉ねぎ みかん缶 きゅうり ネーブル あおのり 葉干し
11	月	麦ごはん そうめん汁 生揚げのそぼろ煮 きゅうりとパインの和え物 りんご	牛乳 レーズンクッキー	豚ひき肉 厚揚げ 牛乳(赤箱) 鶏卵 クリーム 植物性脂肪	精白米 押麦 そうめん乾 はるさめ グラニュー糖 小麦粉 三温糖	バナナ 乾しいたけ 葉ねぎ にんじん さやいんげん きゅうり パイン缶 りんご 干しぶどう
12	火	あわご飯 もずくスープ 鮭のゴマみそ焼き 切り干し大根炒め ブルーン	フルーツヨーグルト クラッカー	おきなわもずく 焼き竹輪 べにざけ 生 豚ロース スライス ヨーグルト	精白米 あわ ごま(白) 糸こんにゃく 三温糖	りんご 葉ねぎ 切り干しだいこん にんじん 乾しいたけ ブルーン バナナ みかん缶
13	水	ご飯 味噌汁 鶏と大根の煮物 ほうれん草おかか和え オレンジ	牛乳 芋天ぷら	鶏肉もも肉 かつお・削り節 牛乳(赤箱) 鶏卵	精白米 じゃがいも 小麦粉 さつまいも	チンゲンサイ 生 だいこん にんじん 乾しいたけ さやいんげん ほうれんそう にんじん ネーブル
14	木	麦ご飯 ベジタブルカレー ごぼうサラダ りんご	野菜生活 揚げ豆腐煮付け	豚ひき肉 豚レバー 沖縄豆腐	精白米 押麦 じゃがいも 三温糖	りんご にんじん たまねぎ かぼちゃ なす 生 ごぼう ささき きゅうり スイートコーン缶 野菜生活 ベリーサラダ
15	金	ご飯 アーサ汁 鶏唐揚げ 小松菜とコーンのゴマ和え いちご	牛乳 バナナケーキ	沖縄豆腐 鶏もも肉 牛乳(赤箱) 普通牛乳 鶏卵	精白米 片栗粉 小麦粉 ごま(白) グラニュー糖 ホットケーキミックス	あおさ 葉ねぎ ごまつな にんじん スイートコーン缶 いちご バナナ
16	土	クワージュシー 味噌汁 サンマの梅煮 大根和え物 バナナ	職員研修会	豚かたロース かつお・削り節 油揚げ	精白米 三温糖	にんじん 刻み昆布 葉ねぎ キャベツ だいこん きゅうり しそ 葉 バナナ
18	月	麦ご飯 そうめん汁 鯖の味噌煮 ひじきと糸こんにやくのきんぴら オレンジ	牛乳 フレンチトースト	さば 豚ばら スライス ひじき 牛乳(赤箱) 鶏卵 普通牛乳	精白米 押麦 そうめん乾 三温糖 しらたき 食パン グラニュー糖	オレンジジュース。乾しいたけ 葉ねぎ しょうが 生 たまねぎ にんじん えだまめ ゆで ネーブル
19	火	麦ご飯 もずく丼 みそ汁 ポパイサラダ グレーゼリー	野菜生活 豆乳くずもち	豚ひき肉 おきなわもずく 油揚げ かつお・削り節 調製豆乳 きな粉	精白米 押麦 片栗粉 グラニュー糖 ぐずでん粉	りんご 青ピーマン 赤ピーマン スイートコーン缶 だいこん 葉ねぎ ほうれんそう にんじん 野菜&果実
20	水	あわご飯 ゆしどうふ 魚のてんぷら カボチャサラダ りんご	牛乳 ごまポッキー	ゆし豆腐 白身魚 豆乳 牛乳(赤箱)	精白米 あわ 小麦粉 グラニュー糖 ホットケーキミックス ごま(黒)	葉ねぎ かぼちゃ きゅうり 干しぶどう りんご
21	木	麦ごはん 卵スープ 麻婆豆腐 小松菜シラス和え りんご	牛乳 蒸し芋	鶏卵 沖縄豆腐 豚ひき肉 しらす干し 牛乳(赤箱)	精白米 押麦 片栗粉 三温糖 さつまいも	バナナ 乾しいたけ 葉ねぎ にんじん たまねぎ いら ごまつな りんご
22	金	ご飯 みそ汁 トンカツ 白菜の和え物 シーアサザゼリー	牛乳 ヒラヤチー	カットわかめ ぶたヒレ肉 鶏卵 かつお・削り節 牛乳(赤箱) ツナ缶	精白米 じゃがいも 小麦粉 パン粉	りんご はくさい きゅうり きくらげ 乾 いら
23	土	焼きそば たまごスープ 温野菜 バナナ	牛乳 シナモントースト	ぶたかたロース 鶏卵 牛乳(赤箱)	中華めん 生 片栗粉 食パン グラニュー糖	バナナ にんじん キャベツ たまねぎ 青ピーマン 乾しいたけ 葉ねぎ ブロッコリー スイートコーン缶
25	月	ご飯 みそ汁 和風ハンバーガー もずく酢 りんご	ジョア 野菜天ぷら	豚ひき肉 鶏ひき肉 ひじき 沖縄豆腐 鶏卵 おきなわもずく チキアギ	精白米 パン粉 ごま(白) 三温糖 片栗粉 グラニュー糖 小麦粉	しめじ えのきたけ 葉ねぎ たまねぎ きゅうり パイン缶 りんご にんじん
26	火	沖縄そば おからサラダ オレンジ	豆乳 じゃこわかめおにぎり	鶏卵 豚ロース スライス 丸かまぼこ おから 生 焼き竹輪 豆びよ プレーン だし昆布 しらす干し	沖縄そば グラニュー糖 精白米	りんご 葉ねぎ きゅうり スイートコーン缶 ネーブル
27	水	あわご飯 トマトスープ 鮭のカレー粉焼き ひじきサラダ キーウイフルーツ	牛乳 オートミールクッキー	鶏卵 べにざけ 生 チーズ パルメザン 牛乳(赤箱) 普通牛乳	精白米 あわ 片栗粉 上白糖 パン粉 三温糖 小麦粉 オートミール	トマト 乾しいたけ ほしひじき えだまめ 冷凍 にんじん キャベツ スイートコーン缶 キーウイフルーツ 干しぶどう
28	木	お誕生会(お弁当)	アンパンマンジュース 誕生会ケーキ	鶏卵 普通牛乳	グラニュー糖 小麦粉	バナナ アンパンマンジュース
29	金	お祭り				
30	土	ご飯 わかめ汁 きびなごカレー揚げ 土佐和え オレンジ	牛乳 ホットケーキ	カットわかめ 絹ごし豆腐 きびなご 生 豚かた生スライス 牛乳(赤箱) 鶏卵 普通牛乳	精白米 小麦粉 ホットケーキミックス	葉ねぎ 青ピーマン たまねぎ にんじん ネーブル

