

令和2年 4月の献立

	月 13・27日	火 14・28日	水 1・15日	木 2・16・30日	金 3・17日	土 4・18日
献立	豆腐のつくね焼き 小松菜のさっと煮 キャベツの味噌汁	牛肉とゴボウのしぐれ煮 じゃが芋のそぼろ煮 青菜の味噌汁	カレーライス かぶとみかんのサラダ	春キャベツの味噌炒め 南瓜の含め煮 豆腐の味噌汁	赤魚の塩麴焼き ひじきと大豆の含め煮 豚汁	味噌ラーメン
材料	豆腐 玉葱 小松菜 鶏ひき肉 油揚げ 片栗粉 人参 醤油 鰹だし 三温糖 醤油 みりん 三温糖 鰹だし サラダ油 キャベツ 玉葱 味噌 えのき茸 鰹だし	(14日 麺の日) 牛肉 じゃが芋 ゴボウ 鶏ひき肉 板こんにゃく グリンピース 人参 鰹だし 酒 生姜 醤油 三温糖 鰹だし 生姜 片栗粉 酒 醤油 ほうれん草 みりん もやし しめじ 三温糖 鰹だし 味噌	鶏もも肉 かぶ じゃが芋 かぶの葉 玉葱 みかん缶 人参 サラダ油 カレールウ 酢 塩 牛乳 胡椒 塩 三温糖 胡椒	春キャベツ 南瓜 豚肉 鰹だし 玉葱 三温糖 人参 醤油 ピーマン 赤味噌 豆腐 三温糖 わかめ 酒 青葱 みりん 鰹だし 味噌	(17日 お誕生日会) 赤魚 ひじき 大豆 塩麴 人参 油揚げ 鰹だし 醤油 三温糖 豚肉 ゴボウ 白菜 人参 もやし つき蒟蒻 鰹だし 味噌	中華麺 ほうれん草 豚肉 もやし 人参 わかめ コーン 鶏がらだし 生姜 にんにく 無塩バター 味噌
おやつ	焼き芋 / 牛乳 (さつま芋)	のりじゃこトースト (のり じゃこ 食パン) / 牛乳	キャロットケーキ(人参 三温糖 ホットケーキミ ックス) / ヤクルト	バナナ、小魚 / 牛乳 (バナナ、小魚、三温糖 酒、醤油)	ジャムサンド / 牛乳 食パン 苺ジャム	パン / 牛乳
	月 6・20日	火 7・21日	水 8・22日	木 9・23日	金 10・24日	土 11・25日
献立	白身魚のカレー風味揚げ ポテトサラダ/ミニトマト かぶのコンソメスープ	切干大根の油炒め 菜の花とツナの和え物 なめこ汁	クリームシチュー スナップエンドウと ささみの和え物	鱈の木の芽焼き うの花 若竹汁 / 豆ごはん	すき焼き風煮 ほうれん草のごま和え じゃが芋の味噌汁	きつねうどん
材料	白身魚 じゃが芋 塩 胡椒 玉葱 胡瓜 小麦粉 人参 ハム 片栗粉 塩 胡椒 カレー粉 マヨネーズ サラダ油 かぶ かぶの葉 玉葱 人参 コンソメ 醤油 / ミニトマト	(21日 お弁当日) 切干大根 菜の花 豚ひき肉 ツナ缶 人参 醤油 ピーマン 酒 なめこ みりん 豆腐 醤油 青葱 三温糖 鰹だし サラダ油 味噌	豚もも肉 スナップ じゃが芋 エンドウ 玉葱 鶏ささみ 人参 パプリカ ホワイトルウ 塩昆布 牛乳 塩 酒 塩 すりゴマ 胡椒	鱈 酒 うすいえんどう 醤油 昆布だし みりん 酒 塩 米 木の芽 おから 人参 筍 ゴボウ 青葱 青葱 油揚げ しめじ わかめ さつま芋 鰹だし 板かまぼこ 醤油 塩 鰹だし 醤油 みりん 三温糖	牛肉 玉葱 じゃが芋 焼き豆腐 玉葱 糸こんにゃく 油揚げ 麩 白葱 鰹だし 三温糖 味噌 酒 醤油 みりん ほうれん草 えのき茸 もやし 人参 鰹だし 醤油 三温糖 すりゴマ	茹でうどん 油揚げ 干し椎茸 板かまぼこ 青葱 鰹だし 昆布だし 醤油 みりん 三温糖 塩
おやつ	麩菓子 / 牛乳 (麩 三温糖 無塩バター)	お好み焼き / 牛乳 (お好み焼粉 天かす 桜えび キャベツ ソース ケチャップ 青のり 竹輪)	8日 プリン (プリンミックス) 22日 ヨーグルト / ヤクルト	りんご入りマフィン (りんご 三温糖 ホッ トケーキミックス) / 牛乳	きな粉マカロニ / 牛乳 (マカロニ きな粉 三温糖 塩)	パン / 牛乳

