

平成29年 4月の献立

	月 3・17日	火 4・18日	水 5・19日	木 6・20日	金 7・21日	土 8・22日
献立	鯖の西京焼き 春キャベツの炒め物 じゃが芋の味噌汁	鶏肉のゴマ揚げ 小松菜のさっと煮 のっぺい汁 ミニトマト	クリームシチュー グリーンサラダ	豆腐のつくね焼き ひじきと大豆の含め煮 ほうれん草としめじの味噌汁	鯖の塩焼き 南瓜のそぼろあんかけ すいとん汁	きつねうどん
材料	鯖 塩 じゃが芋 砂糖 玉葱 みりん わかめ マヨネーズ 青葱 西京味噌 鰹だし 白すりごま 味噌 キャベツ 人参 もやし 玉子 塩 胡椒 醤油	鶏むね肉 小松菜 塩 生姜汁 人参 小麦粉 玉子 油揚げ ゴマ(白・黒) 鰹だし サラダ油 砂糖 醤油 里芋 人参 大根 豆腐 ミニトマト 油揚げ 塩 鰹だし 醤油 みりん 片栗粉	じゃが芋 玉葱 人参 豚肉 ホワイトルウ 牛乳 塩 胡椒 ブロッコリー グリーンアスパラ キャベツ ドレッシング 塩 胡椒	豆腐 玉葱 ひじき 鶏ひき肉 大豆 人参 片栗粉 油揚げ 醤油 板こんにゃく サラダ油 砂糖 醤油 砂糖 醤油 みりん ほうれん草 しめじ 油揚げ 玉葱 鰹だし 味噌	(21日 お誕生日会) 鯖 塩 小麦粉 小松菜 大根 人参 南瓜 鰹だし 生姜 鰹だし 豚ひき肉 醤油 鰹だし みりん 砂糖 みりん 醤油 酒 片栗粉	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 塩 砂糖
おやつ	ジャムサンド 牛乳 苺ジャム 食パン	スイートポテト 牛乳 さつま芋 バター 玉子 砂糖 牛乳	5日 プリン ヤクルト (プリンミックス、水) 19日 ヨーグルト	コーンマヨトースト 牛乳 コーン缶 マヨネーズ 食パン	ラスク 牛乳 上白糖 無塩バター フランスパン	パン 牛乳
	月 10・24日	火 11・25日	水 12・26日	木 13・27日	金 14・28日	土 15日
献立	大豆と揚げじゃが芋の煮物 ふきと厚揚げの含め煮 キャベツの味噌汁	11日 麺の日 25日 お弁当日	カレーライス マカロニサラダ	赤魚の煮つけ ほうれん草のまぜまぜコ リア風 南瓜の味噌汁	豚肉の梅肉和え 切り干し大根の含め煮 若竹汁 豆ごはん	皿うどん
材料	水煮大豆 ふき 里芋 鶏もも肉 厚揚げ 酒 鰹だし じゃが芋 砂糖 醤油 ピーマン 酒 みりん 赤パプリカ 鰹だし 砂糖 キャベツ 醤油 人参 味噌 サラダ油 油揚げ 片栗粉 鰹だし		牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 カレールウ 牛乳 塩 胡椒 マカロニ 玉葱 胡瓜 人参 ハム 塩 胡椒 マヨネーズ	赤魚のフィレ 南瓜 焼き豆腐 玉葱 牛蒡 鰹だし もやし 酒 醤油 青葱 砂糖 鰹だし 味噌 ほうれん草 もやし 牛ミンチ 生姜 砂糖 醤油 赤味噌	豚肉 大葉 若竹 えのき もやし わかめ 大葉 梅干し 青葱 梅肉 酒 鰹だし 砂糖 みりん 味噌 醤油 うすいえんどう 切干大根 塩 酒 米 人参 昆布だし 油揚げ 鰹だし 砂糖 醤油	揚げそば 白菜 人参 椎茸 もやし 豚肉 むきエビ 水煮たけのこ 鶏がらスープ 醤油 塩 胡椒 片栗粉
おやつ	バナナ&小魚 牛乳 ごま 小魚 酒 砂糖 醤油 みりん	チヂミ 牛乳 チヂミ粉 たまねぎ ニラ	キャロットケーキ ヤクルト 人参 オレンジジュース ホットケーキミックス	フルーツ白玉 牛乳 桃缶 みかん缶 パイン缶 苺 キウイ 白玉粉 砂糖	きな粉マカロニ 牛乳 きな粉 砂糖 塩 マカロニ	パン 牛乳

