


4月の予定

月	火	水	木	金	土
					
			1	2	3
			<ul style="list-style-type: none"> 三色丼(米・牛肉・玉ねぎ・ほうれん草・卵・生姜・砂糖・しょうゆ) 白菜のごまマヨネーズ和え(白菜・もやし・ウインナー・すりごま・マヨネーズ・みそ) ずまし汁(大根・わかめ・みつば・味パック・うすくちしょうゆ・みりん) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鮭のコーンマヨ焼き(鮭・玉ねぎ・コーン・ごま・マヨネーズ) ひじきのマリネ(きゅうり・人参・ローズハム・ひじき・砂糖・酒・しょうゆ・油・酢・塩) みそ汁(豆腐・さつまいも・青ねぎ・煮干し・みそ) 	<h1>入園式</h1>
5	6	7	8	9	10
<ul style="list-style-type: none"> ごはん ずき焼き風煮(牛肉・人参・白菜・白ねぎ・えのき・糸こんにゃく・焼き豆腐・砂糖・みりん・しょうゆ) 海藻サラダ(きゅうり・人参・ひじき・わかめ・ツナ・すりごま・砂糖・酢・しょうゆ・ごま油) みそ汁(鮭・うすあげ・青ねぎ・煮干し・みそ) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豚みそ肉じゃが(豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・いんげん・味パック・砂糖・しょうゆ・みそ) お浸し(白菜・ほうれん草・ごま・砂糖・しょうゆ) ずまし汁(大根・わかめ・みつば・味パック・うすくちしょうゆ・みりん) 	<ul style="list-style-type: none"> バターロールパン カレーグラタン(鶏肉・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・マカロニ・バター・牛乳・ホワイトソース・カレールー・パン粉・チーズ) 白菜スープ(白菜・玉ねぎ・コーン・ウインナー・ブイヨン・しょうゆ) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 白身魚のフライ(たら・パン粉・小麦粉・とんかつソース) ツナサラダ(じゃがいも・きゅうり・人参・玉ねぎ・ツナ・マヨネーズ) みそ汁(豆腐・チンゲン菜・青ねぎ・煮干し・みそ) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豚肉と里芋の炒め煮(豚肉・人参・大根・干し椎茸・里芋・こんにゃく・グリーンピース・ごま油・砂糖・みりん・しょうゆ) 春雨サラダ(きゅうり・わかめ・春雨・ローズハム・コーン・砂糖・酢・しょうゆ) みそ汁(しめじ・白菜・青ねぎ・煮干し・みそ) 	<ul style="list-style-type: none"> きつねうどん(うどん・青ねぎ・かまぼこ・うすあげ・天かす・味パック・砂糖・みりん・うすくちしょうゆ・しょうゆ) ひじき煮(鶏肉・人参・ひじき・ちくわ・うすあげ・味パック・砂糖・しょうゆ)
12	13	14	15	16	17
<ul style="list-style-type: none"> ごはん スパニッシュオムレツ(豚挽肉・玉ねぎ・人参・スパゲティ・卵・パセリ・ケチャップ) キャベツとコーンのマヨサラダ(キャベツ・きゅうり・コーン・砂糖・酢・油・マヨネーズ・塩こしょう) みそ汁(厚揚げ・えのき・青ねぎ・煮干し・みそ) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 八宝菜(豚肉・玉ねぎ・人参・たけのこ・椎茸・白菜・イカ・エビ・うずら卵・ブイヨン・しょうゆ・片栗粉) 焼売(鶏肉・パン粉・玉ねぎ・キャベツ・しょうゆ) 焼売の皮(一部に小麦・乳成分含む) 大根スープ(大根・人参・コーン・わかめ・鶏がら・しょうゆ) 	<ul style="list-style-type: none"> ハムカツサンド(バターロールパン・ハム・卵・パン粉・キャベツ・とんかつソース) ポテトガレット(じゃがいも・ベーコン・粉チーズ・油・塩こしょう) 五目スープ(鶏肉・玉ねぎ・人参・ほうれん草・干し椎茸・鶏がら・しょうゆ) 	<ul style="list-style-type: none"> 肉うどん(うどん・牛肉・青ねぎ・かまぼこ・味パック・砂糖・みりん・しょうゆ・うすくちしょうゆ) 豚肉と根菜のきんぴら(豚肉・人参・ごぼう・れんこん・糸こんにゃく・味パック・砂糖・しょうゆ・ごま) ぶどうヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉のごまみそ焼き(鶏肉・砂糖・みりん・しょうゆ・みそ・ごま) 五目煮豆(人参・ごぼう・こんにゃく・ちくわ・大豆・味パック・砂糖・みりん・しょうゆ) ずまし汁(豆腐・ほうれん草・みつば・味パック・うすくちしょうゆ・みりん) 	<ul style="list-style-type: none"> きのこクリームスパゲティ(スパゲティ・鶏肉・玉ねぎ・人参・しめじ・エリンギ・えのき・ベーコン・牛乳・シチュールー) キャベツのごま酢和え(キャベツ・小松菜・人参・ローズハム・すりごま・砂糖・酢・しょうゆ)
19	20	21	22	23	24
<ul style="list-style-type: none"> ごはん ブルコギ(牛肉・玉ねぎ・人参・にら・もやし・ごま油・にんにく・砂糖・酒・コチュジャン・しょうゆ) スパゲティサラダ(スパゲティ・きゅうり・人参・ローズハム・マヨネーズ) ワンタンスープ(もやし・青ねぎ・餃子の皮・鶏がら・ブイヨン・しょうゆ・塩) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ポークチャップ(豚肉・玉ねぎ・じゃがいも・にんにく・ブイヨン・トマト・ケチャップ・塩こしょう) ほうれん草とハムのマヨネーズ和え(ほうれん草・ローズハム・コーン・マヨネーズ) みそ汁(わかめ・大根・青ねぎ・煮干し・みそ) 	<ul style="list-style-type: none"> コロッケサンド(バターロールパン・牛肉・じゃがいも・玉ねぎ・パン粉・小麦粉(一部に乳を含む)・キャベツ・とんかつソース) チンゲン菜のスープ(玉ねぎ・人参・チンゲン菜・コーン・ベーコン・ブイヨン・うすくちしょうゆ・塩こしょう) 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 根菜のそぼろ煮(豚挽肉・人参・ごぼう・大根・さつまいも・生姜・味パック・砂糖・みりん・しょうゆ) キャベツと油揚げのごまドレッシング和え(キャベツ・人参・うすあげ・ごまドレッシング) みそ汁(鮭・わかめ・青ねぎ・煮干し・みそ) 	<ul style="list-style-type: none"> カレーライス(米・牛肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・カレールー) 小松菜サラダ(小松菜・キャベツ・人参・ベーコン・コーン・砂糖・酢・しょうゆ・マヨネーズ) バナナ 動物チーズ 	<ul style="list-style-type: none"> みそラーメン(中華そば・豚肉・キャベツ・人参・青ねぎ・もやし・たけのこ・生姜・ブイヨン・しょうゆ・みそ) ブロッコリーのツナ和え(ブロッコリー・じゃがいも・ツナ・砂糖・酢・しょうゆ)
26	27	28	29	30	
<ul style="list-style-type: none"> ごはん 回鍋肉(豚肉・キャベツ・ピーマン・青ねぎ・にんにく・砂糖・酒・甜麺醬・豆板醬・しょうゆ) 揚げ餃子(鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・にんにく・卵・しょうゆ・ごま油・パン粉・餃子の皮(一部に小麦・卵・乳成分含む)) 白菜と春雨の中華スープ(白菜・青ねぎ・春雨・ウインナー・生姜・鶏がら・しょうゆ・白ごま) 	<ul style="list-style-type: none"> たけのこご飯(米・鶏肉・人参・たけのこ・うすあげ・混合だし・みりん・うすくちしょうゆ) 鮭の塩焼き(鮭・塩) 酢の物(きゅうり・ちくわ・わかめ・ちりめんじゃこ・砂糖・酢・しょうゆ) ずまし汁(鮭・玉ねぎ・みつば・味パック・みりん・うすくちしょうゆ) 	<ul style="list-style-type: none"> バターパン 春キャベツのシチュー(鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・春キャベツ・エリンギ・牛乳・シチュールー) フルーツコンポート(みかん・パイン・黄桃・バナナ・りんご・砂糖) 	<h1>昭和の日</h1>	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 糸こんにゃくのうま煮(豚肉・人参・しめじ・チンゲン菜・糸こんにゃく・ごま油・生姜・砂糖・酒・しょうゆ・すりごま) さつまいもとベーコンのサラダ(さつまいも・きゅうり・ベーコン・マヨネーズ) みそ汁(うすあげ・キャベツ・青ねぎ・煮干し・みそ) 	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 20px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> <p>4月の栄養価平均 熱量 537kcal たんぱく質 21.4g 脂質 18.1g</p> </div>