

※毎月載せています4月の予定ですが、確定していませんので、行事等につきましては、園だよりで確認して頂くようお願い致します。

4月の予定

月	火	水	木	金	土 (2号・ヒラソル利用者のうち 希望者のみ)
			1	2	3
			<ul style="list-style-type: none"> <li>三色丼(米・牛肉・玉ねぎ・ほうれん草・卵・生姜・砂糖・しょうゆ)</li> <li>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)</li> <li>すまし汁(大根・わかめ・みつば・味パック・うすくちしょうゆ・みりん)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>鮭のコーンマヨ焼き(鮭・玉ねぎ・コーン・ごま・マヨネーズ)</li> <li>ひじきのマリネ(きゅうり・人参・ロースハム・ひじき・砂糖・酒・しょうゆ・油・酢・塩)</li> <li>みそ汁(豆腐・さつまいも・青ねぎ・煮干だし・みそ)</li> </ul>	
			ふる一つざら・ふかめのおさら・しるわん	ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	
5	6	7	8	9	10
<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>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)</li> <li>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)</li> <li>みそ汁(麩・うすあげ・青ねぎ・煮干だし・みそ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>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)</li> <li>お浸し(白菜・ほうれん草・ごま・砂糖・しょうゆ)</li> <li>すまし汁(大根・わかめ・みつば・味パック・うすくちしょうゆ・みりん)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>バターロールパン</li> <li>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)</li> <li>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)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>白身魚のフライ(たら・パン粉・小麦粉・とんかつソース)</li> <li>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)</li> <li>みそ汁(豆腐・チンゲン菜・青ねぎ・煮干だし・みそ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>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)</li> <li>春雨サラダ(きゅうり・わかめ・春雨・ロースハム・コーン・砂糖・酢・しょうゆ)</li> <li>みそ汁(しめじ・白菜・青ねぎ・煮干だし・みそ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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)</li> <li>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)</li> </ul>
ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふる一つざら2まい・しるわん	ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふかめのおさら・ふる一つざら
12	13	14	15	16	17
<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>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)</li> <li>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)</li> <li>みそ汁(厚揚げ・えのき・青ねぎ・煮干だし・みそ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>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)</li> <li>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))</li> <li>大根スープ(大根・人参・コーン・わかめ・鶏がら・しょうゆ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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)</li> <li>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)</li> <li>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)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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)</li> <li>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)</li> <li>ぶどうヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>鶏肉のごまみそ焼き(鶏肉・砂糖・みりん・しょうゆ・みそ・ごま)</li> <li>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)</li> <li>すまし汁(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)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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)</li> <li>キャベツのごま酢和え(キャベツ・小松菜・人参・ロースハム・すりごま・砂糖・酢・しょうゆ)</li> </ul>
ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふる一つざら2まい・しるわん	ふる一つざら・ふかめのおさら	ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふかめのおさら・ふる一つざら
19	20	21	22	23	24
<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>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)</li> <li>スパゲティサラダ(スパゲティ・きゅうり・人参・ロースハム・マヨネーズ)</li> <li>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)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>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・塩コショウ)</li> <li>ほうれん草とハムのマヨネーズ和え(ほうれん草・ロースハム・コーン・マヨネーズ)</li> <li>みそ汁(わかめ・大根・青ねぎ・煮干だし・みそ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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)</li> <li>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)</li> <li>牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>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)</li> <li>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)</li> <li>みそ汁(麩・わかめ・青ねぎ・煮干だし・みそ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>カレーライス(米・牛肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・カレールー)</li> <li>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)</li> <li>バナナ</li> <li>動物チーズ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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)</li> <li>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)</li> </ul>
ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふる一つざら・しるわん	ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふる一つざら2まい・ふかめのおさら	ふかめのおさら・ふる一つざら
26	27	28	29	30	
<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>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)</li> <li>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))</li> <li>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)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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)</li> <li>鮭の塩焼き(鮭・塩)</li> <li>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)</li> <li>すまし汁(麩・玉ねぎ・みつば・味パック・みりん・うすくちしょうゆ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>バターパン</li> <li>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)</li> <li>フルーツコンポート(みかん・パイナップル・黄桃・バナナ・りんご・砂糖)</li> </ul>	<h1>昭和の日</h1>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ごはん</li> <li>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・塩・しょうゆ・すりごま)</li> <li>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)</li> <li>みそ汁(うすあげ・キャベツ・青ねぎ・煮干だし・みそ)</li> </ul>	<p><b>4月の栄養価平均</b>  <b>熱量 470kcal</b>  <b>たんぱく質 18.1g</b>  <b>脂質 14.3g</b></p>
ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	ふる一つざら2まい・ふかめのおさら		ふる一つざら2まい・ちやわん・しるわん	

(2号・ヒラソル利用者のうち希望者のみ)