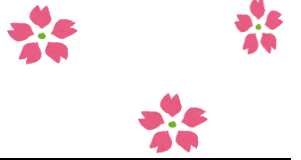





4月 こんだてひょう



日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える
11 木	チキンカレーライス ベーコンとキャベツのソテー お祝いデザート	○	とりにく こなチーズ ベーコン ぎゅうにゅう	ごはん じゃがいも あぶら デザート	たまねぎ にんじん グリーンピース りんご しょうが にんにく キャベツ
12 金	ご飯 ハンバーグ 春野菜のスープ煮	○	ハンバーグ とりにく ぎゅうにゅう	ごはん じゃがいも あぶら	たまねぎ キャベツ にんじん コーン パセリ
15 月	トントン丼 豆腐のみそ汁	○	ぶたにく とうふ わかめ にぼし みそ ぎゅうにゅう	ごはん こんにゃく あぶら さとう	たまねぎ にんじん えのきたけ いんげん キャベツ ねぎ
16 火	小型パン こぎつねうどん にらもやし炒め	○	とりにく あぶらあげ かまぼこ にぼし ぶたにく ぎゅうにゅう	こがたパン うどん あぶら	たまねぎ にんじん ねぎ もやし キャベツ にら
17 水	麦ご飯 豚肉とうずら卵のうま煮 塩こぶ炒め	○	ぶたにく うずらたまご さつまあげ にぼし しおこんが ぎゅうにゅう	ごはん おおむぎ じゃがいも こんにゃく あぶら さとう	たまねぎ にんじん グリーンピース しいたけ キャベツ
18 木	味つけパン フレンチサラダ ウィンナーとじゃがいもとトマト煮こみ	○	ウィンナー とりにく ぎゅうにゅう	あじつけパン じゃがいも あぶら さとう	トマトかん たまねぎ にんじん パセリ(乾) にんにく キャベツ きゅうり コーン
19 金	ご飯 鯖のごまみそ煮 五目汁	○	さば みそ とうふ にぼし ぎゅうにゅう	ごはん さとう ごま	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん えのきたけ みずな
21 日	肉みそひじきそばろ丼 ミニゼリー 厚揚げとキャベツたっぷり汁	○	とりにく ひじき みそ あつあげ にぼし ぎゅうにゅう	ごはん あぶら さとう ゼリー	たまねぎ にんじん いんげん しょうが キャベツ ねぎ
22 月	麦ご飯 鶏肉のから揚げ さつま汁	○	とりにく さつまあげ みそ にぼし ぎゅうにゅう	ごはん おおむぎ かたくりこ あぶら	しょうが キャベツ だいこん たまねぎ にんじん ねぎ
23 火	コッパン カレービーンズ みかんサラダ	○	ぶたにく だいず ぎゅうにゅう	コッパン じゃがいも あぶら	たまねぎ にんじん グリーンピース キャベツ きゅうり みかんかん
24 水	中華丼 わかめスープ	○	ぶたにく かまぼこ とりにく とうふ わかめ ぎゅうにゅう	ごはん かたくりこ あぶら ごまあぶら ごま	にんじん キャベツ たまねぎ チンゲンサイ しいたけ しょうが ねぎ
25 木	黒糖パン ホキのオニオンガーリック ベーコンと水菜のスープ	○	ホキ ベーコン ぎゅうにゅう	こくとうパン かたくりこ あぶら さとう	たまねぎ にんにく しょうが みずな キャベツ にんじん
30 火	コッパン 鶏肉と玉ねぎの洋風煮 キャベツとウィンナーのケチャップ炒め	○	ウィンナー とりにく ぎゅうにゅう	コッパン あぶら じゃがいも	キャベツ にんじん たまねぎ しめじ コーン グリーンピース

※ 物資等の都合により、献立を変更する場合があります。

※  …ティッシュの白



家族で徹底！ 食事前の手洗い

手に細菌やウイルスがついていると、手を介して食品や調理道具、食卓などに細菌やウイルスがつき、ほかの人へ広がってしまいます。感染を予防するためにも、家族みんなが食事前の手洗いを徹底しましょう。



