



# 令和5年 4月予定献立表



日	曜日	献立名	主食	乳卵アレルギー	備考
AMおやつ		ビスケット 麦茶			
1	土	南瓜ひき肉サンドフライ チキンナゲット 野菜炒め 果物(バナナ)	ごはん		
PMおやつ		ゼリー			
AMおやつ		クッキー 麦茶			
3	月	オムライス シーザーサラダ 味噌スープ フルーツカクテル	ごはん	ケチャップライス ノンエッグマヨネーズ クルトン成分確認	Book de Lunch 「おとがあられてオムライス」
PMおやつ		ト赤飯まんじゅう 牛乳			
AMおやつ		ゼリー			
4	火	白身魚のカラフル味噌焼き ひじきマヨネーズサラダ 生揚げの味噌汁 果物(りんご)	ごはん		乾物メニュー「ひじき」
PMおやつ		ト青のりチップス 牛乳			
AMおやつ		ビスケット 麦茶			
5	水	レバーのケチャップからめ キャベツの和え物 けんちん汁 果物(オレンジ)	ごはん		レバーは鉄分豊富な食材で、成長期の子どもたちへ食べてほしい食材のひとつです。
PMおやつ		トきな粉プリン		ゼリー	
AMおやつ		クッキー 麦茶			
6	木	鯖のオレンジ煮 ほうれん草の胡麻和え じゃが芋の味噌汁 果物(バナナ)	ごはん		長嶋茂雄さんが「魚へんにブルー」という名言を残しているように、サバは漢字で「鯖」と書きます。
PMおやつ		クリームワッフル 牛乳		お菓子	
AMおやつ		ビスケット 麦茶			
7	金	鶏肉のフリッター 大根のべっこう煮 豆腐と野菜の味噌汁 果物(りんご)	ごはん		フリッターという言葉はラテン語で「揚げ物」を意味する「frictura」が語源です。
PMおやつ		ヨーグルト		ゼリー	
AMおやつ		クッキー 麦茶			
8	土	春巻き 厚焼き玉子 野菜炒め 果物(バナナ)	ごはん		
PMおやつ		ビスケット 麦茶			
AMおやつ		クラッカー 麦茶			
10	月	カレーライス 福神漬 カリフロコーンサラダ クラッシュゼリー	ごはん		インドを中心とした熱帯、亜熱帯地方でのスパイシーな料理を総称して英語で《カレー》と呼ぶようになりました。
PMおやつ		せんべい 牛乳			
AMおやつ		せんべい 麦茶			
11	火	チキンフレーク焼き じゃが芋のカクテル煮 大根とわかめの味噌汁 果物(オレンジ)	ごはん	チーズ抜き	コーンフレークは、トウモロコシの粉を原料としたシリアル的一种です。
PMおやつ		ト麸のラスク 牛乳		お菓子	
AMおやつ		クッキー 麦茶			
12	水	たらのクリームグラタン 豆のサラダ キャベツのスープ 果物(バナナ)	ごはん		世界の料理「ポルトガル」
PMおやつ		トパイナップルケーキ 牛乳		お菓子	
AMおやつ		クラッカー 麦茶			
13	木	竹の子ごはん 野菜と豆腐のキッシュ 磯ドレ和え 豚汁 果物(バナナ)	ごはん	豆腐とベーコンと野菜煮	食物繊維が豊富で腸内環境を整え、コレステロールの吸収を抑える働きや塩分の排出を促すカリウムを多く含みます。
PMおやつ		ト大学芋 牛乳			
AMおやつ		せんべい 牛乳			
14	金	豚肉の西京焼き マカロニソテー コーンクリームスープ 果物(バナナ)	ごはん	コンソメスープ	京都の伝統的な白みそ「西京味噌」にみりんや酒を加え、漬けたんだものを「西京漬け」と呼びます。
PMおやつ		ゼリー			

☆行事や材料の都合により、献立内容が変更になることがあります。

日曜日	献立名	主食	乳卵アレルギー	備考
AMおやつ	ビスケット 麦茶			
15 土	ハンバーグ オムレツ フライドポテト 果物(バナナ)	ごはん		
PMおやつ	ゼリー			
AMおやつ	クッキー 麦茶			
17 月	鮭の黄金焼き 肉じゃが 油揚げとキャベツの味噌汁 果物(りんご)	ごはん		鮭は白身魚に分類されます。
PMおやつ	トジャムサンドパン 牛乳		お菓子	
AMおやつ	クラッカー 麦茶			
18 火	フルコキ丼 春雨の中華サラダ 中華スープ 果物(パイナップル)	ごはん	卵・ドレッシング抜き	乾物メニュー「春雨」
PMおやつ	トピスケットケーキ 牛乳		お菓子	
AMおやつ	せんべい 牛乳			
19 水	つけけんちんうどん コロッケ そぼろ納豆 果物(バナナ)	麺	成分確認	郷土料理「茨城県」
PMおやつ	ト甘納豆きな粉おにぎり 麦茶			
AMおやつ	ゼリー			
20 木	ひじきと豆腐ハンバーグ マカロニと洋風野菜サラダ 南瓜の味噌汁 果物(りんご)	ごはん		ハンバーグは、赤堀劉家教場という日本初の料理学校の開校披露の席上で提供されたのが日本初と言われています。
PMおやつ	トかいじゅうドーナツ 牛乳		お菓子	
AMおやつ	クラッカー 麦茶			
21 金	かみかみチキンナゲット 大豆とチーズのかみかみサラダ さつま芋の味噌汁 果物(バナナ)	ごはん	チーズ抜き	かみかみメニュー
PMおやつ	プリン		ゼリー	
AMおやつ	クッキー 麦茶			
22 土	白身魚フライ 厚焼き玉子 野菜炒め 果物(バナナ)	ごはん		
PMおやつ	ビスケット 麦茶			
AMおやつ	せんべい 麦茶			
24 月	大豆ミートそぼろ丼 パリパリサラダ さつま芋の味噌汁 果物(りんご)	ごはん		SDGsメニュー
PMおやつ	トしゃかしゃかパン 牛乳		お菓子	
AMおやつ	ビスケット 麦茶			
25 火	鯖の味噌煮 ポテトサラダ 豆腐のすまし汁 果物(バナナ)	ごはん		日本では、大正時代に帝國ホテルでポテトサラダが考案されたと言われています。
PMおやつ	ト甲州かりんとう 牛乳			
AMおやつ	ビスケット 麦茶			
26 水	ハヤシライス アスパラサラダ フルーツポンチ	ごはん		ハヤシライスの名前の由来は、シェフの林さんが考案したのが始まりとされています。
PMおやつ	ヨーグルト			
AMおやつ	せんべい 麦茶			
27 木	セルフおにぎり カラフル卵焼き 生揚げの五目旨煮 南瓜の味噌汁 果物(りんご)	ごはん	卵抜き(ケチャップソテー)	Cooking セルフおにぎり「具を選ぶ」
PMおやつ	トソフトビスケット 牛乳		お菓子	
AMおやつ	クッキー 麦茶			
28 金	赤飯 鶏肉のマーマレード焼き りっちゃんのサラダ お祝いすまし汁 果物(いちご)	ごはん		誕生日会 
PMおやつ	トお誕生日ケーキ 牛乳		生クリーム抜き	

☆行事や材料の都合により、献立内容が変更になることがあります。

☺️ レンズメニュー(昼食のみアレルギーの子も全☺️☺️メニューが食べられる日です。)

