

## 朝

## 食

4月 対象	主 菜 全 員	副 菜 全 員	介護系副菜	スープ 全 員	主 食 全 員
1	月 炒り豆腐	のり	べったら漬け	小松菜の味噌汁	御飯
2	火 和風だし巻き	ほうれん草のお浸し	奈良漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
3	水 冷奴	揚げ茄子の鶏ミンチ煮	味噌漬け	厚揚げの味噌汁	御飯
4	木 金平ごぼう	ほうれん草シューマイ	高菜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
5	金 がんもの煮物	ブロッコリーのおかか和え	桜漬け	豆腐の味噌汁	御飯
6	土 南瓜の煮物	のり佃煮	胡瓜漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
7	日 ししゃも	高野豆腐とエビの卵とじ	たくあん	もやしの味噌汁	御飯
8	月 豚肉と厚揚げの煮物	めんたいこ	はりはり漬け	人参の味噌汁	御飯
9	火 さんま	ブロッコリーのおかか和え	べったら漬け	油揚げの味噌汁	御飯
10	水 オムレツ	ソテー	リンゴジャム	スープ	パン
11	木 いこみこうや	キャベツの塩昆布和え	野沢菜漬け	小松菜の味噌汁	御飯
12	金 ひじきの炒り煮	たいみそ	梅干し	キャベツの味噌汁	御飯
13	土 塩サバ	カリフラワーの金平	茄子漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
14	日 切り干し大根の煮物	納豆	野沢菜漬け	なめこの味噌汁	御飯
15	月 野菜炒め	五目豆	桜漬け	南瓜の味噌汁	御飯
16	火 炒り豆腐	のり	梅干し	じゃがいもの味噌汁	御飯
17	水 和風だしまき卵	ほうれん草のお浸し	奈良漬け	玉ねぎの味噌汁	御飯
18	木 金平ごぼう	かぼちゃシューマイ	はりはり漬け	キャベツの味噌汁	御飯
19	金 オムレツ	ソテー	チョコジャム	コンソメスープ	ロールパン
20	土 がんもの煮物	ブロッコリーのおかか和え	べったら漬け	豆腐の味噌汁	御飯
21	日 南瓜の煮物	納豆	白菜漬け	ほうれん草の味噌汁	御飯
22	月 塩鮭	卵の花	茄子漬け	もやしの味噌汁	御飯
23	火 豚肉と厚揚げの煮物	めんたいこ	きゅうり漬け	人参の味噌汁	御飯
24	水 さんま	冷奴	白菜漬け	キャベツの味噌汁	御飯
25	木 いこみこうや	キャベツの塩昆布和え	梅干し	小松菜の味噌汁	御飯
26	金 さつまあげ	高野豆腐とエビの卵とじ	味噌漬け	キャベツの味噌汁	御飯
27	土 オムレツ	ソテー	イチゴジャム	スープ	パン
28	日 いわしの梅煮	カリフラワーの金平	きゅうり漬け	油揚げの味噌汁	御飯
29	月 切り干し大根の煮物	たいみそ	桜漬け	なめこの味噌汁	御飯
30	火 野菜炒め	五目豆	梅干し	玉ねぎの味噌汁	御飯

		食						食				
4月 対象	午前おやつ 0、1、2歳児	主菜 全員	副菜 全員	介護系副菜	スープ 全員	4月 対象	デザート 全員	主食 全員	午後おやつ 全員・放課後	夕方おやつ 延長保育児	主な離乳食 つくし(つぼみ)	
1	月	牛乳 動物ビスケット	すき焼き風煮	胡麻ドレサラダ	刺身 茄子漬け	もずくスープ	1 月	いちご	ごはん	牛乳 パナナケーキ	牛乳 ぼたぼた焼き	鶏ミンチ
2	火	のむヨーグルト ウエハース	鯖の西京焼き 枝豆	高野豆腐の卵とじ	もずく酢 桜漬け	わかめのスープ	2 火	バナナ	ごはん	フルーツヨーグルト	牛乳 チョイスビスケット	白身魚
3	水	牛乳 リッツ	鶏のオーロラ焼き サニレタ	マカロニサラダ	インゲンの胡麻和え たくあん	竹の子の味噌汁	3 水	オレンジ	ごはん	牛乳 ミニパン	牛乳 星食べよ	鶏ミンチ
4	木	ヨーグルト きどりっこ	鮭のムニエル/ブロ	ひじき煮	きのこの酢の物 はりはり漬け	豚汁	4 木	りんご	ごはん	牛乳 チキンナゲット	牛乳 ムーンライト	白身魚
5	金	牛乳 卵ボーロ	豚肉のべっこう煮	ブロッコリーツナマヨ	白豆煮 梅干し	青さの味噌汁	5 金	いちご	ごはん	牛乳 ビスコ	牛乳 まがりせんべい	鶏ミンチ
6	土	牛乳 きなこせんべい	うどん	コールスロー	ぶどうゼリー		6 土	パイン缶		牛乳 豆乳ドーナツ	牛乳 おかし	白身魚
7	日		(ポークジンジャー)	(ブロッコリーバター炒め)	(南瓜と豆腐の落とし揚げ 奈良漬)	(豆腐の味噌汁)	7 日	(甘夏みかん缶)		(牛乳 おかし)		鶏ミンチ
8	月	牛乳 きどりっこ	しいらのおろし煮	春雨とささみの酢の物	イカの味噌和え たくあん	レタススープ	8 月	りんご	ごはん	ヨーグルト ハッピーターン	牛乳 ホームパイ	白身魚
9	火	牛乳 リッツ	からあげ サニレタ	チーズサラダ	刺身 梅干し	コンソメスープ	9 火	ピーチゼリー	鮭ごはん	野菜ジュース キングドーナツ	牛乳 ハッピーターン	鶏ミンチ
10	水	牛乳 動物ビスケット	鮭の味噌マヨ焼き 枝豆	レバー甘辛煮	白菜の和え物 べつたら漬け	油揚げの味噌汁	10 水	黄桃缶	ごはん	牛乳 ミニパン	牛乳 白い風船	白身魚
11	木	ヨーグルト マンナビスケット	カレーライス	海藻サラダ	らっきょう 福神漬け		11 木	バナナ	ごはん	牛乳 プリーベリー蒸しパン	牛乳 ハッピーターン	鶏ミンチ
12	金	牛乳 卵ボーロ	ニベのアップルソース ブロ	ポテトサラダ	ほうれん草の胡麻和え 高菜漬け	もやしの味噌汁	12 金	オレンジ	ごはん	牛乳 アメリカンドック	牛乳 星食べよ	白身魚
13	土	牛乳 きなこせんべい	ビーフシチュー	キャベツコーンサラダ	ヨーグルト		13 土	フルーツカクテル	クロワッサン	牛乳 スイートポテト	牛乳 おかし	鶏ミンチ
14	日		(プリの照り焼き 枝豆)	(もやしの酢の物)	(白和え 白菜漬)	(さつまいもの味噌汁)	14 日	(甘夏みかん缶)	(ごはん)	(牛乳 おかし)		白身魚
15	月	牛乳 マンナビスケット	鶏のチリソース/ブロ	じゃがいものチーズ煮	刺身 高菜漬け	なめこ汁	15 月	いちご	ごはん	牛乳 ロールケーキ	牛乳 まがりせんべい	鶏ミンチ
16	火	ヨーグルト リッツ	鯖の磯辺焼き 枝豆	豆サラダ	厚揚げの煮物 はりはり漬け	ビーフ汁	16 火	オレンジ	ごはん	牛乳 ミニパン	牛乳 ムーンライト	白身魚
17	水	牛乳 ウエハース	筑前煮	ツナコーンサラダ	カリフラワーのたらこ和え 桜漬け	わかめの味噌汁	17 水	バナナ	ごはん	牛乳 チーズケーキ	牛乳 星食べよ	鶏ミンチ
18	木	牛乳 アンパンマンビスケット	鯖の西京焼き 枝豆	ビーフン炒め	ほうれん草の菜の花風 梅干し	けんちん汁	18 木	りんご	ごはん	牛乳 焼きおにぎり	牛乳 カントリーマーム	白身魚
19	金	ヨーグルト きどりっこ	チキン南蛮 サニレタ	ハムともやしの中華和え	がんもの煮物 胡瓜漬け	豆乳スープ	19 金	いちご	ごはん	オレンジゼリー星食べよ	牛乳 ホームパイ	鶏ミンチ
20	土	牛乳 きなこせんべい	牛丼	ブロッコリーの胡麻ドレ	青りんごゼリー 茄子漬け	ほうれん草のすまし汁	20 土	みかん缶	ごはん	牛乳 クリームコンフェ	牛乳 おかし	白身魚
21	日		(肉団子の野菜あんかけ)	(青梗菜の中華炒め)	(彩り豆腐 たくあん)	(厚揚げの味噌汁)	21 日	(黄桃缶)	(ごはん)	(牛乳 おかし)		鶏ミンチ
22	月	のむヨーグルト ウエハース	プリのカレーマヨ焼き/枝豆	りんごサラダ	南瓜とツナの煮物 昆布佃煮	肉団子のスープ	22 月	バナナ	ごはん	プリン ホームパイ	牛乳 チョイスビスケット	白身魚
23	火	牛乳 卵ボーロ	鶏の照り焼き 枝豆	ポークビーンズ	ブロッコリーとイカのバター炒め はりはり漬け	ポテトオニオンスープ	23 火	いちご	ごはん	牛乳 パナナ	牛乳 ぼたぼた焼き	鶏ミンチ
24	水	牛乳 動物ビスケット	トンカツ/サニレタ	南瓜サラダ	刺身 桜漬け	ほうれん草のすまし汁	24 水	饅頭	赤飯	牛乳 ミニパン	牛乳 ムーンライト	白身魚
25	木	牛乳 マンナビスケット	煮込みハンバーグ サニレタ	リャンパンサンスウ	キャベツの卵とじ 奈良漬	かき玉汁	25 木	りんご	ごはん	牛乳 ウィンナーケーキ	牛乳 星食べよ	鶏ミンチ
26	金	牛乳 リッツ	鯖の三味焼き 枝豆	大根とハムのサラダ	いんげんのマヨ炒め 茄子漬け	きのこのスープ	26 金	バナナ	ごはん	牛乳 芋かりんとう	牛乳 ホームパイ	白身魚
27	土	牛乳 きなこせんべい	ちゃんぽん	ちりめんサラダ	プリン		27 土	黄桃缶		牛乳 ミニたい焼き	牛乳 おかし	鶏ミンチ
28	日		(トロシルバーマヨ焼き ブロッコリー)	(三食ナムル)	(シューマイ 梅干し)	(じゃがいもの味噌汁)	28 日	(パイン缶)	(ごはん)	(牛乳 おかし)		白身魚
29	月		(豚肉のキムチ炒め)	(ポテトサラダ)	(卵の花 白菜漬)	(わかめの味噌汁)	29 月	(甘夏みかん缶)	(ごはん)	(牛乳 おかし)		鶏ミンチ
30	火		鮭の味噌バター焼き 枝豆	里芋のそぼろ煮	白和え はりはり漬け	味噌汁	30 火	みかん缶	ごはん	牛乳 おかし		白身魚

		タ			食		
4月		主菜	副菜 (1)	副菜 (2)	スープ	デザート	主食
対象		五福deごはん&二時間延長	五福deごはん&二時間延長	五福deごはん&二時間延長	五福deごはん&二時間延長	五福deごはん&二時間延長	五福deごはん&二時間延長
1	月	太刀魚の塩焼き 枝豆	カリフラワーのたらこ和え	和風ドレサラダ	厚揚げの味噌汁	バナナ	御飯 たくあん
2	火	豚肉のキムチ炒め	紅白なます	チーズいりポテトサラダ	豆腐の味噌汁	りんご	御飯 Q太郎漬け
3	水	にべのオリエンタルマリネ 枝豆	ピーマンサラダ	イカと里芋の煮物	人参の味噌汁	杏仁豆腐	御飯 奈良漬け
4	木	南瓜コロケ サニーレタス	キャベツの胡麻味噌炒め	玉子サラダ	じゃがいもの味噌汁	オレンジ	御飯 茄子漬け
5	金	きのこカレー	しいらの柚子こしょう焼き 枝豆	フルーツサラダ		バナナ	御飯 福神漬け らっきょう
6	土	豚肉の生姜焼き	レンコンの炒め煮	かにかまサラダ	わかめスープ	いちご	御飯 梅干し
7	日	塩鮭 ブロッコリー	ササミの梅マヨ和え	シューマイ	油揚げの味噌汁	パイン缶	御飯 桜漬け
8	月	牛肉の甘辛煮	カリフラワーのサラダ	青梗菜の中華炒め	ニラときのこのスープ	オレンジ	御飯 梅干し
9	火	しいらの洋風焼き レタス	青しそドレサラダ	さつま芋のいとこ煮	大根の味噌汁	りんご	御飯 昆布佃煮
10	水	やわらかロースカツ サニーレタス	ひき肉入り金平	大根の和風サラダ	花麩のすまし汁	ぶどうゼリー	御飯 茄子漬け
11	木	鯖の朝鮮焼き もやしのナムル	白和え	たけのこの木の芽和え	ごぼうの味噌汁	オレンジ	ちらし寿司 味噌漬け
12	金	すぎ焼き	豆サラダ	昆布とちくわの煮物	里芋の味噌汁	りんご	御飯 胡瓜漬け
13	土	にべのマヨ焼き ブロッコリー	ハムともやしの中華和え	キャベツの卵とじ	ソーセージスープ	いちご	十穀米御飯 昆布佃煮
14	日	肉団子の野菜あんかけ	じゃこいりなます	彩り豆腐	大根葉の味噌汁	フルーツカクテル缶	御飯 はりはり漬け
15	月	鮭の揚げ煮 うぐいす豆	カニ入りサラダ	南瓜のそぼろ煮	たけのこのすまし汁	日向夏みかん	御飯 味噌漬け
16	火	鶏肉のネギ味噌焼き ブロッコリー	レタスサラダ	おろし和え	けんちん汁	りんご	御飯 べったら漬け
17	水	鯖のバター醤油焼き ふじこ和え	スパゲティーサラダ	大根なます	さつまいもの味噌汁	バナナ	御飯 茄子漬け
18	木	ミートローフ サニーレタス	里芋の胡麻煮	三色ナムル	もやしスープ	青りんごゼリー	御飯 Q太郎漬け
19	金	ニベの柚子胡椒焼き もやしのゆかり和え	シーザーサラダ	パンプキンサラダ	野菜スープ	オレンジ	御飯 梅干し
20	土	マーボー豆腐	大根サラダ	ツナじゃがカレー風味	しめじの味噌汁	バナナ	御飯 高菜漬け
21	日	カラスカレイのムニエル 枝豆	ブロッコリーとイカのバター炒め	5種野菜入りさつまあげ	玉ねぎの味噌汁	パイン缶	御飯 奈良漬け
22	月	鶏の塩麩焼き サニーレタス	切り干し大根の煮物	胡瓜のマヨ和え	白菜の味噌汁	いちご	御飯 べったら漬け
23	火	鯖の味噌マヨ焼き ブロッコリー	もずく酢	炒り豆腐	卵スープ	りんご	御飯 梅干し
24	水	べっこう煮	大根とベーコンのサラダ	青梗菜の和えもの	なめこの味噌汁	ピーチゼリー	御飯 茄子漬け
25	木	しいらのトマトソース焼き ブロッコリー	さつま芋サラダ	かにかまと青菜の三色和え	トマトスープ	バナナ	御飯 野沢菜漬け
26	金	漬け込み焼鳥 レタス	ゆずドレサラダ	みょうが入り酢の物	呉汁	オレンジ	炊き込みご飯 たくあん
27	土	さわらの南蛮漬け	わかめの酢の物	大豆のトマト煮	中華スープ	いちご	御飯 桜漬け
28	日	青椒肉絲	ソーセージ炒め	ベイクドエッグ	小松菜の味噌汁	甘夏みかん缶	御飯 茄子漬け
29	月	ニベの梅おかか焼き サニーレタス	スパ炒め	菜の花和え	えのきの味噌汁	バナナ	御飯 べったら漬け
30	火	里芋と鶏小間の煮物	酢味噌和え	煮豆	もやしスープ	水ようかん	御飯 野沢菜漬け