保護者殿

2022年3月

4月の献立

日 （曜日）	お弁当	主な献立	血や骨となる食品	ｴﾈﾙｷﾞｰとなる食品	体の調子を整える食品	ｴﾈﾙｷﾞｰ
1日 （金）	**★にこにこ給食★** 照り焼きハンバーグ	金平牛蒡 蒟蒻煮付 花形さつま煮付 ほうれん草炒め物 照り焼きハンバーグ フルーツ	すり身　鶏挽肉	ご飯	牛蒡　人参 蒟蒻　ほうれん草	325
4日 （月）	**★にこにこ給食★** サーモンフライ	切干大根煮付 スイートコーン ハムステーキ 小松菜炒め物 サーモンフライ ゼリー	ハム　鮭	ご飯	切干大根　椎茸 コーン　小松菜	356
5日 （火）	**★にこにこ給食★** みそかつ	キャベツ和風ドレッシング和え もちサクポテト 人参甘煮 野菜炒め みそかつ フルーツ	豚肉	ご飯　じゃが芋	キャベツ　人参 玉葱　パプリカ	398
6日 （水）	**★にこにこ給食★** 🐓タンドリーチキン風	蓮根煮付 焼きいも風 竹輪煮付 ブロッコリー中華炒め タンドリーチキン風 フルーツ	すり身　鶏肉	ご飯　薩摩芋	茎わかめ　蓮根 ブロッコリー　椎茸	346
7日 （木）	マカロニグラタン	胡瓜ナムル　枝豆 焼売 マカロニグラタン 蟹蒲鉾 フルーツ	鶏肉　蟹蒲鉾 牛乳	ご飯　胡麻 胡麻油	胡瓜　枝豆 コーン　玉葱	301
8日 （金）	エビカツ	ポテトサラダ 厚焼玉子 半平煮付 オニオンソテー エビカツ フルーツ	ハム　卵　すり身 エビ　イカ	ご飯　じゃが芋	ピーマン　玉葱 フルーツ	381
11日 （月）	**★にこにこ給食★** ハンバーグ	カリフラワー和風ドレッシング和え 蒟蒻煮付 花がんも煮付 青梗菜炒め ハンバーグ フルーツ	がんも　鶏挽肉	ご飯	カリフラワー　人参 蒟蒻　青梗菜	306
12日 （火）	白身フライ	マカロニサラダ 揚げ南瓜 ウインナー 白菜コンソメ煮 白身フライ ソース フルーツ	ウインナー 白身魚	ご飯　マカロニ	貝割れ　南瓜 白菜　人参	396
13日 （水）	イカ揚げ煮🦑	麻婆茄子 コーン入り半平 大根薄口煮 いんげん胡麻和え イカ揚げ煮 フルーツ	すり身　イカ 豚挽肉	ご飯　胡麻	茄子　とうもろこし 大根　いんげん	355
14日 （木）	オムレツデミグラスソース	ほうれん草マヨネーズ和え メンチカツ フライドポテト オムレツデミグラスソース フルーツ　ロールパン	合挽肉　卵	パン　じゃが芋	ほうれん草　玉葱 トマト　パセリ	352
15日 （金）	**★にこにこ給食★** チキングリル	ひじき煮付 星形しんじょ 餃子 菜の花炒め物 チキングリル ゼリー	豆乳　すり身 鶏肉	ご飯	南瓜　ひじき 人参　ブロッコリー	348
18日 （月）	ヒレカツ🐖	蓮根トマト煮 イカボール中華風煮 厚焼玉子 枝豆ソテー ヒレカツ フルーツ	イカ　すり身 卵　豚肉	ご飯	蓮根　トマト ピーマン　枝豆	363
19日 （火）	🐟さわら照り焼き🐟	人参ドレッシング和え 五目焼売 スナップエンドウ香り和え 小松菜お浸し さわら照り焼き　フルーツ	鶏肉　さわら	ご飯	人参　くわい たけのこ　小松菜	324
20日 （水）	**★にこにこ給食★** 鶏唐揚	花切干大根煮付　スイートコーン フライドポテト キャベツコンソメ煮 鶏唐揚　ゼリー	鶏肉	ご飯　じゃが芋	切干大根　コーン 玉葱　キャベツ	352
21日 （木）	エビフライ	茎わかめ和え物 ミートボール 人参甘煮 野菜炒め エビフライ キャンディチーズ	鶏挽肉　エビ チーズ	ご飯　春雨	胡瓜　茎わかめ ピーマン　パプリカ	343
22日 （金）	トマトペンネグラタン	ミモザサラダ ほくほくコロッケ トマトペンネグラタン ハムステーキ フルーツ	ハム　そぼろ玉子 チーズ　合挽肉	ご飯　じゃが芋 マカロニ	ブロッコリー　玉葱 トマト　パセリ	355
25日 （月）	中華弁当🦀	白菜ナムル プチ肉まん カニ玉 餃子　杏仁豆腐	豚肉　卵　豆腐 豆乳　カニ蒲鉾	ご飯　胡麻 胡麻油	白菜　人参 ネギ　生姜	328
26日 （火）	ミニアメリカンドッグ	大根五目煮 さつま芋甘露煮 竹輪煮付 ブロッコリーソテー ミニアメリカンドッグ ゼリー	鶏肉　すり身 ウインナー	ご飯　薩摩芋	大根　玉葱 ブロッコリー　椎茸	354
27日 （水）	チーズインハンバーグ	牛蒡サラダ 角揚げ煮付 蒟蒻煮付 法蓮草ソテー　チーズインハンバーグ フルーツ	角揚げ　鶏肉 チーズ　牛乳	ご飯　胡麻	牛蒡　コーン 蒟蒻　ほうれん草	352
28日 （木）	🌸菜の花と筍コロッケ	ラタトゥイユ チキンナゲット いんげんブイヨン煮 菜の花と筍コロッケ フルーツ 黒糖ロール	鶏肉	パン　じゃが芋 胡麻	茄子　ズッキーニ トマト　いんげん	329

★にこにこ給食★とは卵と乳を使用していないメニューです。

（注意）仕入れの都合により一部変更する事がありますのでご了承下さい。