



## 4月の献立



日 (曜日)	お弁当	主な献立	血や骨となる食品	エネルギーとなる食品	体の調子を整える食品	エネルギー
1 (月)	★にこにこ給食★ ペンネミートソース	キャベツ和風ドレッシング和え 星型ポテト 竹輪煮付 ペンネミートソース フルーツ	竹輪 合挽肉	ご飯 じゃが芋 ペンネ	キャベツ コーン 人参	304
2 (火)	★にこにこ給食★ ハンバーグ揚げ煮	菜の花煮浸し スイートコーン スナップエンドウおかか和え 蓮根ブイヨン煮 ハンバーグ揚げ煮 フルーツ	鶏肉 粉カツオ	ご飯	菜の花 蓮根 スナップエンドウ	276
3 (水)	★にこにこ給食★ タンドリーチキン	わかめ和え物 蒟蒻煮付 人参グラッセ 野菜炒め タンドリーチキン フルーツ	シーチキン 鶏肉	ご飯	胡瓜 ピーマン 人参 玉葱	300
4 (木)	★にこにこ給食★ 味噌カツ	いんげんそぼろ煮 大学芋 半平煮付 白菜ゆかり和え 味噌かつ フルーツ	半平 豚肉	ご飯 さつま芋	いんげん 椎茸 白菜	313
5 (金)	★にこにこ給食★ 自分deそぼろ丼	金平牛蒡 大根薄口煮 ギョーザ 自分deそぼろ丼 ゼリー	鶏挽肉	ご飯	牛蒡 大根 キャベツ 枝豆	304
8 (月)	★にこにこ給食★ エビフライ	麻婆茄子 ハムステーキ イカボール中華風煮 ほうれん草炒め物 エビフライ フルーツ	豚挽肉 ハム イカ エビ すり身	ご飯	ほうれん草 椎茸 茄子	300
9 (火)	★にこにこ給食★ 豚肉生姜焼き	切干大根トマト煮 枝豆おかか和え 豚肉生姜焼き 野菜コロッケ フルーツ	豚肉 粉カツオ	ご飯 じゃが芋	切干大根 玉葱 ピーマン 人参	358
10 (水)	★にこにこ給食★ イカ揚げ煮	ひじき煮付 角揚げ煮付 揚げ焼売 ブロッコリー中華炒め イカ揚げ煮 ゼリー	角揚げ 鶏肉 豚肉 イカ	ご飯 胡麻油	ブロッコリー 椎茸 ひじき、人参	307
11 (木)	焼きそば	春巻 胡瓜ナムル 焼きそばトマトさつま フルーツ 食パン	すり身 豚肉	パン 春雨 胡麻 焼きそば麺	キャベツ ピーマン 筍 胡瓜	329
12 (金)	★にこにこ給食★ 鶏肉照り焼き	カリフラワー和風ドレッシング和え 星形しんじょ フライドポテト 白菜コンソメ煮 鶏肉照り焼き フルーツ	すり身 鶏肉	ご飯 じゃが芋	カリフラワー 白菜 貝割れ大根	326
15 (月)	★にこにこ給食★ サーモンフライ	蓮根トマト煮 南瓜煮付 蒟蒻煮付 青梗菜煮浸し サーモンフライ ゼリー	鮭	ご飯	蓮根 トマト 南瓜 青梗菜	291
16 (火)	オムレツデミソース	コーンドレッシング和え 磯辺フライ フライドポテト オムレツデミグラスソース フルーツ	卵 イカ	ご飯 じゃが芋 胡麻	キャベツ コーン 牛蒡 人参	318
17 (水)	★にこにこ給食★ 鶏肉レモンフリッター	千草和え 枝豆 半平煮付 ビーフン炒め物 鶏肉レモン風味フリッター フルーツ	半平 鶏肉 刻み揚げ	ご飯 ビーフン	小松菜 枝豆 椎茸 ピーマン	336
18 (木)	ペンネマトソース	牛蒡サラダ コーンたっぷりフライ ペンネマトソース ウインナー フルーツ	ウインナー	ご飯 ペンネ じゃが芋	牛蒡 コーン トマト 人参	348
19 (金)	★にこにこ給食★ ハンバーグ和風ソース	茎わかめ中華和え スナップエンドウ香りと和え スマイリーポテト キャベツブイヨン煮 ハンバーグ和風ソース フルーツ	鶏肉	ご飯 春雨 胡麻 じゃが芋	胡瓜 キャベツ スナップエンドウ	299
22 (月)	イカ天ぷら	大根五目煮 チヂミ 春雨ソテー イカ天ぷら フルーツ	イカ 卵	ご飯 春雨	大根 人参 椎茸 ピーマン	269
23 (火)	鶏の唐揚げ	人参しりしり 一口がんも煮付 大学芋 いんげんコンソメ煮 鶏唐揚げ ゼリー	鶏肉 卵 がんも	ご飯 さつま芋 胡麻	人参 いんげん 玉葱	329
24 (水)	菜の花と筍コロッケ	ひじきドレッシング和え ミートボール 花形さつま煮付 白菜ゆかり和え 菜の花と筍コロッケ フルーツ	鶏挽肉 シーチキン さつま揚げ	ご飯 じゃが芋	菜の花 筍 白菜 玉葱	293
25 (木)	マカロニグラタン	ミモザサラダ お月さまハムカツ マカロニグラタン 蟹蒲鉾 フルーツ ツイストパン	卵 鶏肉 牛乳 豚肉 蟹蒲鉾	パン マカロニ	ブロッコリー 玉葱 コーン	289
26 (金)	鯖カレーパン粉焼き	ラタトゥイユ チキンナゲット オニオンソテー 鯖カレーパン粉焼き フルーツ	鯖 鶏肉	ご飯	茄子 ピーマン トマト 玉葱	326
30 (火)	ハンバーグ	マカロニサラダ ミニカレーコロッケ 蓮根ブイヨン煮 ハンバーグ フルーツ	鶏挽肉 豚挽肉	ご飯 マカロニ じゃが芋	蓮根 人参 胡瓜 コーン	348

★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。(ふりかけもおかけ致しません)

