



4月 献立予定



かろーれキッズ
令和4年4月

日・曜日			昼食			午後おやつ		
			主食	おかず	材料	献立名	材料	
1	15	金	食パン	クリームシチュー ピクルス フルーツ	パン、鶏肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、アスパラ、牛乳、だいこん、きゅうり、フルーツ	青菜としらすのおにぎり	精白米、小松菜、しらす、ごま	
4	18	月	ごはん	鮭のムニエル ひじきサラダ かぶのスープ・フルーツ	精白米、鮭、たまご、マヨネーズ、パセリ、ひじき、にんじん、いんげん、ハム、ごま、かぶ、たまねぎ、フルーツ	バナナサンド	食パン、ヨーグルト、バナナ	
5	19	火	ごはん	マーボー豆腐 お野菜のナムル ワンタンと青梗菜のスープ・フルーツ	精白米、豆腐、豚肉、にんじん、ねぎ、しょうが、キャベツ、ごま、ちんげん菜、ワンタン、フルーツ	きなこラスク	食パン、きな粉	
6	20	水	豚汁うどん	かぼちゃとさつまいものサラダ フルーツ	うどん、ねぎ、しいたけ、だいこん、にんじん、ごぼう、豚肉、かぼちゃ、さつまいも、チーズ、マヨネーズ、フルーツ	豆腐ドーナツ	ホットケーキミックス、豆腐	
7	21	木	ごはん	豚の生姜焼き 春キャベツともやしゆかり和え かぶのお味噌汁・フルーツ	精白米、豚肉、たまねぎ、しょうが、キャベツ、もやし、ゆかり、かぶ、油揚げ、フルーツ	にんじん蒸しパン	ホットケーキミックス、牛乳、にんじん	
8	22	金	おからパン	鶏肉と春野菜のグラタン ほうれん草サラダ オニオンスープ フルーツ	おからパン、珈琲、鶏肉、たまねぎ、アスパラ、キャベツ、牛乳、ほうれん草、にんじん、チーズ、パセリ、フルーツ	フルーツゼリー	りんごジュース、フルーツ缶（もも等）	
11	25	月	ごはん	キーマカレー にんじんサラダ ほうれん草スープ・フルーツ	精白米、豚肉、にんじん、じゃがいも、たまねぎ、キャベツ、ツナ、ほうれん草、フルーツ	フルーツヨーグルト	ヨーグルト、フルーツジャム、フルーツ缶（もも・りんご）	
12	26	火	たけのこごはん	白身魚のフライ にんじんと青菜の白和え えのきのすまし汁・フルーツ	精白米、たけのこ、油揚げ、たら、パン粉、にんじん、ほうれん草、豆腐、ごま、えのき、ねぎ、フルーツ	ミネストローネ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、じゃがいも、しめじ、ベーコン、トマト	
13	27	水	ごはん	いり豆腐 はるさめサラダ キャベツの味噌汁・フルーツ	精白米、豆腐、豚肉、にんじん、いんげん、はるさめ、きゅうり、マヨネーズ、キャベツ、フルーツ	牛乳かん	牛乳、寒天、みかん缶	
14	-	木	春キャベツとしらすの Pasta	ブロッコリーとチーズのサラダ コーンスープ・フルーツ	スパゲティ、キャベツ、しらす、牛乳、ブロッコリー、チーズ、たまねぎ、コーン、フルーツ	五平もち	精白米、ごま	
 お弁当の日 28日(木)			お弁当の食中毒 予防のポイント			<ul style="list-style-type: none"> * 清潔なお弁当箱を使いましょう * 熱いごはんやおかずは、しっかり冷ましてから詰めましょう * 生ものや水分の多いものは避けましょう * ハムやかまぼこなど冷蔵品の場合は加熱して使いましょう 		

今月のフルーツ（予定） 柑橘類、バナナ、りんご など

※都合により献立を変更することがございます。ご了承ください。

