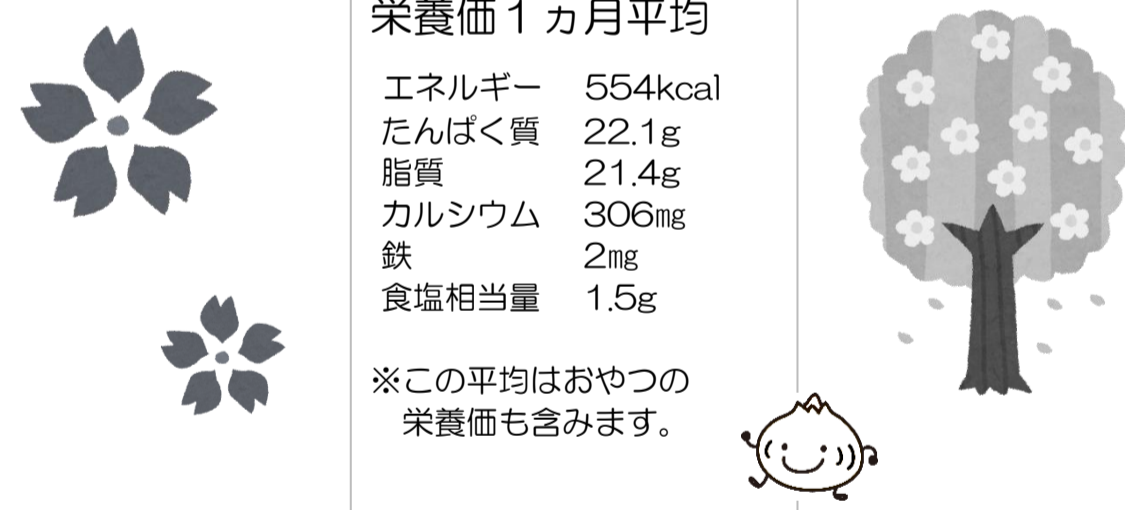


4月のこんだてひょう

	月	火	水	木	金
きょうしゅうく	15日	16日	17日	18日	19日
	ごはん 米	スパゲティナポリタン スパゲティ、ウインナー、玉ねぎ、ピーマン、マッシュルーム、トマトクチャップ	ごはん 米	ユーホーパン	ごはん 米
	味噌汁 木綿豆腐、玉ねぎ	もやしと鶏肉のスープ 鶏もも肉、もやし、にら、えのきたけ、にんじん	味噌汁 さつまいも、ぶなしめじ	コンソメスープ	味噌汁 木綿豆腐、わかめ
	鶏肉の照り焼き 鶏もも肉	白菜昆布和え 白菜、塩昆布、ごま	五目卵焼 鶏卵、鶏ひき肉、玉ねぎ、にんじん、たけのこ、しいたけ、ひじき、長ねぎ、ごま油	豚肉のパン粉焼き 豚肉、コショウ、牛乳、鶏卵、小麦粉、パン粉	鮭ザンギ 鮭、しょうが、ニンニク、小麦粉
	ほうれん草のごま和え ほうれん草、にんじん、ごま	パイ	変わりじゃがいもサラダ じゃがいも、赤玉ねぎ、水煮大豆、マヨネーズ、コショウ	ちくわサラダ 焼きちくわ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、ごま	キャベツのツナ和え キャベツ、ツナ、コーン
オレンジ		キウイ	バナナ	みかん缶	
もちもの	はし	はし・スプーン	はし	はし・スプーン	はし
おやつ	ホットケーキ 牛乳 ミックス粉、牛乳、鶏卵	チョイス 牛乳	揚げ一番 牛乳	わかめおにぎり お茶 米、わかめ、麦茶	オールレーズン 牛乳
きょうしゅうく	22日	23日	24日	25日	26日 <誕生日会>
	しょうゆラーメン 中華麺、豚肉、ほうれん草、にんじん、コーン、しいたけ、長ねぎ	ごはん 米	ごはん 米	ロールパン	カレーライス 米、鶏もも肉、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、カレールウ、トマトクチャップ
	ブロッコリーのツナ和え ブロッコリー、ツナ、コーン	すまし汁 えのきたけ、高野豆腐	中華スープ 水菜、もやし、木綿豆腐	わかめスープ わかめ、長ねぎ、ごま	もやし和え もやし、にら、にんじん
	バナナ	たらのネギ味噌焼き たら、長ねぎ、しょうが	枝豆ホイコーロー 豚肉、キャベツ、赤ピーマン、青ピーマン、枝豆、ニンニク、しょうが、長ねぎ、ごま油	チキンチャップ 鶏もも肉、でん粉、玉ねぎ、マッシュルーム、ホールトマト、トマトクチャップ、中濃ソース	ショートケーキ
		ひじき炒め ひじき、にんじん、えのきたけ、枝豆	小松菜しらす和え 小松菜、にんじん、しらす干し	野菜のさっぱり和え キャベツ、ほうれん草、コーン、ごま	いちご
もちもの	はし	はし	はし・スプーン	はし・スプーン	はし・スプーン
おやつ	クリームパン 牛乳	あべかわマカロニ 牛乳 マカロニ、きな粉	クラッカー 牛乳	大学芋 牛乳 さつまいも、オリゴ糖、ごま	フルーチェ お茶 フルーチェ、牛乳、麦茶
きょうしゅうく	29日 <昭和の日>	30日	 <p>栄養価 1 ヲ月平均</p> <p>エネルギー 554kcal たんぱく質 22.1g 脂質 21.4g カルシウム 306mg 鉄 2mg 食塩相当量 1.5g</p> <p>※この平均はおやつ の栄養価も含まれます。</p>		
	ごはん 米	ごはん 米			
	きのこスープ えのきたけ、ぶなしめじ、しいたけ、絹ごし豆腐、長ねぎ、でん粉	きのこスープ えのきたけ、ぶなしめじ、しいたけ、絹ごし豆腐、長ねぎ、でん粉			
豚味噌焼き 豚肉、しょうが	豚味噌焼き 豚肉、しょうが	キャベツのごま和え キャベツ、にんじん、ごま			
バナナ	バナナ	バナナ			
もちもの	はし・スプーン	はし・スプーン			
おやつ	きなこパンケーキ 牛乳 ミックス粉、きな粉	きなこパンケーキ 牛乳 ミックス粉、きな粉			