

4月使用食材

		献立	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力のもとになる	緑の仲間 体の調子を整える	その他の食品
8	火	豚キムチ丼 牛乳 韓国風サラダ カルピスゼリー	豚肉,★牛乳,カットわかめ,きざみのり,粉寒天,カルピスウォーター	米,麦,油,砂糖,ごま油,ラー油,★白いりごま	にんにく,しょうが,たまねぎ,もやし,はくさいキムチ漬,にら,キャベツ,きゅうり,にんじん	酒,みりん,しょうゆ,塩,こしょう,コチジャン,酢,粉辛子
9	水	焼きそば 牛乳 ビーンズポテト 果物(いちご)	豚肉,いか,青のり,★牛乳,大豆	油,★蒸し中華めん,揚げ油,じゃがいも,でん粉	にんじん,たまねぎ,キャベツ,もやし,いちご	酒,塩,こしょう,粉末焼きそばソース,パプリカ,ガーリックパウダー
10	木	コーンピラフ 牛乳 ホキのパン粉焼き キチンスープ	ウィンナー,★牛乳,ホキ,鳥がら,鶏肉,レンズまめ(乾)	米,麦,豆乳バター,卵なしマヨネーズ,★ドライパン粉,油,米粉,じゃがいも	にんにく,たまねぎ,ホールコーン,マッシュルーム水煮,ピーマン,セロリー,にんじん,ごぼう	塩,こしょう,パセリ(乾),バジル(乾),酒
11	金	黒砂糖パン 牛乳 米粉の豆乳マカロニグラタン 野菜スープ	★牛乳,鶏肉,豆乳,★ピザ用チーズ,鳥がら,豚肉	★黒砂糖コッペパン,油,★マカロニ,米粉,豆乳バター,★ドライパン粉,じゃがいも	にんじん,たまねぎ,しめじ,キャベツ,ホールコーン	酒,塩,こしょう,パセリ(乾),白ワイン
14	月	チャーハン 牛乳 揚げワンタン わかめと卵のスープ	焼き豚,★牛乳,豚挽肉,大豆ミート,鳥がら,カットわかめ,★鶏卵	米,麦,油,揚げ油,★ワンタンの皮,ごま油,砂糖,でん粉	にんじん,ねぎ,干しいたけ,小松菜,ねぎ,たまねぎ,もやし,えのきたけ	しょうゆ,酒,塩,こしょう,酢,トマトケチャップ,みりん
15	火	高野豆腐のそぼろ丼 牛乳 白菜とじゃこのサラダ すまし汁	豚挽肉,大豆ミート,高野豆腐,★牛乳,ちりめんじゃこ,削り節(だし),鶏こま	米,麦,油,砂糖	しょうが,にんじん,干しいたけ,ねぎ,はくさい,きゅうり,だいこん,しめじ,えのきたけ,小松菜	トウバンジャン,酒,しょうゆ,みりん,赤みそ,酢,塩,粉辛子
16	水	はちみつバタートースト 牛乳 ミネストローネ ツナサラダ	★牛乳,鳥がら,ベーコン,大豆,カットわかめ,ツナオイル漬	★食パン,はちみつ,豆乳バター,じゃがいも,砂糖,ごま油	にんにく,セロリー,にんじん,たまねぎ,しめじ,ホールトマト,トマトピューレ,キャベツ,きゅうり,レモン汁	トマトケチャップ,中濃ソース,塩,こしょう,酢,しょうゆ,粉辛子
17	木	たけのこご飯 牛乳 鯖の文化干し 豚汁	鶏肉,油揚げ,★牛乳,鯖文化干し,削り節(だし),豚肉	米,麦,こんにゃく,さつまいも	たけのこ(水煮),にんじん,ごぼう,だいこん,小松菜,ねぎ	うすくちしょうゆ,酒,塩,みりん,白みそ,赤みそ,しょうゆ
18	金	スパゲティーナポリタン 牛乳 ひじきとコーンのサラダ 果物(清見)	豚挽肉,ベーコン,★粉チーズ,★牛乳,干ひじき,ツナオイル漬	★スパゲッティ,油,砂糖	にんにく,しょうが,にんじん,たまねぎ,マッシュルーム水煮,ピーマン,トマトピューレ,キャベツ,ホールコーン,清見	塩,こしょう,トマトケチャップ,酒,中濃ソース,しょうゆ,酢,粉辛子
21	月	カレーライス 牛乳 福神漬 ぶどうゼリー パリパリポテトサラダ	鳥がら,豚肉,★牛乳,粉寒天	米,麦,油,じゃがいも,★小麦粉,砂糖,ごま油,揚げ油	にんにく,しょうが,たまねぎ,にんじん,マンゴーピューレ,福神漬,キャベツ,ホールコーン,きゅうり,ぶどうジュース	クミン,クローブ,ナツメグ,オールスパイス,ウスターソース,ケチャップ,しょうゆ,塩,こしょう,カレー粉,オイスターソース,酢
22	火	鶏ごぼうご飯 牛乳 いかのかりんと揚げ 中華スープ	鶏肉,★牛乳,いか,鳥がら,豚肉	米,麦,油,砂糖,揚げ油,でん粉,ごま油	しょうが,ごぼう,干しいたけ,にんじん,小松菜,たまねぎ,たけのこ(水煮),もやし,ねぎ	酒,しょうゆ,みりん,塩,こしょう
23	水	チキンライス 牛乳 ポテトオムレツ マカロニスープ	鶏肉,★牛乳,★鶏卵,ベーコン,鳥がら	米,麦,豆乳バター,油,じゃがいも,卵なしマヨネーズ,★マカロニ	にんにく,たまねぎ,マッシュルーム水煮,ピーマン,にんじん,はくさい	パプリカ,白ワイン,トマトペースト,ケチャップ,塩,こしょう,パセリ(乾),しょうゆ
24	木	じゃこチーストースト 牛乳 米粉のボークシチュー 果物(河内晩柑)	ちりめんじゃこ,きざみのり,★ピザ用チーズ,★牛乳,豚肉,ひよこまめ(乾),鳥がら	★無塩食パン,卵なしマヨネーズ,ザラメ,じゃがいも,米粉	にんにく,たまねぎ,にんじん,マッシュルーム水煮,しめじ,トマトピューレ,河内晩柑	赤ワイン,こしょう,トマトケチャップ,ウスターソース,塩,パプリカ
25	金	ご飯 牛乳 昆布サラダ 鮭のごま味噌フライ けんちん汁	★牛乳,生鮭,塩昆布,削り節(だし),豆腐	米,揚げ油,★白いりごま,★白すりごま,砂糖,★小麦粉,★生パン粉,ごま油,さといも,こんにゃく	にんじん,キャベツ,小松菜,ごぼう,だいこん,しめじ,ねぎ	白みそ,みりん,酢,しょうゆ,塩,酒
28	月	ご飯 牛乳 四川豆腐 いかとわかめの和え物	★牛乳,豚肉,鳥がら,豆腐,いか,カットわかめ	米,油,砂糖,でん粉,ごま油	にんにく,しょうが,にんじん,たまねぎ,干しいたけ,たけのこ(水煮),にら,きゅうり,もやし	トウバンジャン,酒,塩,しょうゆ,酢
30	水	五目うどん 牛乳 揚げじゃがいものそぼろ煮 米粉のココアクッキー	昆布(だし),削り節(だし),豚肉,油揚げ,★牛乳,豚挽肉	★冷凍うどん,油,揚げ油,じゃがいも,砂糖,でん粉,豆乳バター,米粉	干しいたけ,にんじん,たまねぎ,ごぼう,しめじ,ねぎ,小松菜	酒,塩,しょうゆ,みりん,ビュアココア

※食材仕入れまたは行事などにより献立を変更することがあります。

★印はアレルギーなどで除去の対象となる食材です。