

日	曜日	こんだてめい		おもなざいりょうとはたらき					
		しゅしょく	ふくしょく	体をつくるもと		体のちょうしをととのえるもと	エネルギーのもと		
				たんぱく質	むきしつ 無機質		ビタミン	たんすいかぶつ 炭水化物	ししつ 脂質
		★進級お祝い献立★ 「進級をお祝いした献立です。」							
15	火		肉だんごてりやきソース 春野菜いりシチュー こまつなマヨネーズ和え さくらゼリー	とり肉 ベーコン ツナ	牛乳 ｽﾐﾐﾙｸ	にんじん ｱｽﾊﾟﾗｸﾞｽ ﾊｾﾘ こまつな	玉ねぎ キャベツ	砂糖 グラニュー糖 じゃがいも ゼリー	マーガリン 油 マヨネーズ ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ
16	水		ぶた肉のしょうが焼き風炒め とうふのみそ汁 こまつなのいそか和え	ぶた肉 とうふ 油揚げ みそ かつお節	のり	チンゲン菜 にんじん こまつな	玉ねぎ りんご もやし ねぎ	砂糖	ごま油
17	木		あじのいそべフライ（ﾘｰｽ） かきたま汁 れんこんのきんぴら 	あじ とうふ とり肉 卵	わかめ あおさ	にんじん いんげん	玉ねぎ れんこん	でん粉 砂糖 小麦粉 パン粉	油 ごま ごま油
18	金		ぎょうざ マーボードウフ 清見オレンジ	とり肉 ぶた肉 とうふ 大豆 みそ 大豆粉		にんじん にら	玉ねぎ しいたけ ねぎ キャベツ きよみオレンジ	砂糖 小麦粉 でん粉 もち米粉	ごま油 油
21	月		オムレツ ポークカレー こんにゃくサラダ（ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ）	卵 ぶた肉	ｽﾐﾐﾙｸ わかめ	にんじん	玉ねぎ きゅうり	じゃがいも でん粉	油 ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ
22	火	ちゅうかめん	肉しゅうまい みそラーメンスープ きゅうりともやしのナムル	ぶた肉 大豆 なると みそ とり肉 大豆粉		にんじん	ねぎ もやし キャベツ コーン きゅうり 玉ねぎ	中華麺 でん粉 パン粉 砂糖 小麦粉	油 ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ
23	水		ハンバーグ和風ねぎソース こまつなと油あげのみそ汁 肉じゃが	とり肉 ぶた肉 油揚げ とうふ みそ		にんじん こまつな	しめじ ねぎ 枝豆 玉ねぎ	砂糖 でん粉 じゃがいも	油
24	木		ししゃもごまフライ（ﾘｰｽ） 中華丼の具 中華サラダ ぶどうゼリー	ししゃも ぶた肉 なると いか えび		にんじん チンゲン菜	はくさい 玉ねぎ きくらげ もやし きゅうり	でん粉 マロニー 砂糖 ゼリー パン粉 小麦粉	油 ごま油 ごま
25	金		プルコギ ワンタンスープ チョレギサラダ	ぶた肉 とり肉	わかめ のり	にんじん にら	玉ねぎ しめじ もやし ねぎ キャベツ きゅうり	砂糖 ワンタン	ごま ごま油 ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ
28	月		とり肉のから揚げ 玉ねぎとじゃが芋のみそ汁 きゅうりのなんばんづけ	とり肉 とうふ 油揚げ みそ みそ		にんじん	玉ねぎ きゅうり	でん粉 じゃがいも 砂糖 米粉	油 ごま油 ごま
30	水		ドライカレー ABCスープ わかめサラダ（ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ）	ぶた肉 とり肉 大豆 ウインナー	粉チーズ わかめ	にんじん ピーマン ﾊｾﾘ	玉ねぎ キャベツ ﾏｯｼｭｰﾙﾑ コーン	小麦粉 マカロニ	油 ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ

★献立は食材購入の都合により、変更となる場合があります。



ご進級おめでとうございませう

ご進級おめでとうございませう。「食べる」ことは「生きる」ために欠くことのできないものです。毎日を元気に過ごし、成長するためにも、今のうちから望ましい食習慣を身につけておくことがとても大切です。



今月の地元産は…

【さつまいも】高木友哉（桜田）
【ぶた肉】4月25日
飯田裕一（大栄十余三）

調理員さんからのメッセージ
「おいしいきゅうしょくをつくるので、
たくさんたべてくださいね！」

