

4月献立表(調理室用)

R8年度

日	曜	献立名	kcal	10時	3時
6	月	カレーライス わかめとツナのあえもの お茶	496	お茶 アンパンマンソフトせん	牛乳 ほろほろ焼き醤油
7	火	豆腐の中華丼 さっぱりあえ なめこ汁	388	牛乳 ぱりんこ	牛乳 ばかうけ青のり
8	水	ごはん 魚の塩焼き マヨネーズあえ みそ汁 オレンジ	386	お茶 味しらべ	牛乳 いもけんぴ
9	木	しょうゆラーメン ジャーマンポテト りんご	385	お茶 アンパンマンソフトせん	牛乳 シュガーラスク
10	金	【減塩うまみランチ】 ごはん のりしおからあげ 切干大根サラダ いなか汁	427	ヨーグルト みかん缶	牛乳 星たべよ
13	月	ごはん 手作りふりかけ 五色あえ 新じゃがのそぼろ煮 オレンジ	411	お茶 ぱりんこ	牛乳 ソフトサラダ
14	火	食パン 魚のコーンマヨネーズ ブロッコリーサラダ ポークビーンズ バナナ	405	ヨーグルト パイ缶	お茶 桜めしおにぎり
15	水	五目ごはん ウィンナー ゆかりあえ 春豚汁	420	バナナ	牛乳 ふくべ煎塩
16	木	スパゲティナポリタン 新キャベツのスープ フルーツヨーグルト	417	お茶 味しらべ	牛乳 豆腐ドーナツ
17	金	【まごわやさしい】 ごはん 魚のごまだれ焼き なめたけあえ まめまめみそ汁	411	お茶 アンパンマンソフトせん	牛乳 ぼたぼた焼き
20	月	ツナそぼろ丼 カリポリづけ きのことスープ りんご	388	お茶 ぱりんこ	牛乳 田舎おかき醤油
21	火	ロールパン ミートボールスープ ひじきのごまサラダ ヨーグルト	428	お茶 味しらべ	お茶 おかかおにぎり
22	水	ごはん 魚の煮つけ 昆布あえ 厚揚げのみそ汁	415	バナナ	牛乳 いちごマフィン
23	木	ちゃんぽんうどん ポテトサラダ オレンジ	402	ヨーグルト みかん缶	牛乳 ハッピーターン
24	金	わかめごはん 魚のカレー揚げ ごま酢あえ おぼろ汁 バナナ	391	お茶 アンパンマンソフトせん	牛乳 ほろほろ焼き塩
27	月	ごはん きりざい 筑前煮 みそ汁 オレンジ	427	お茶 ぱりんこ	牛乳 ふくべ煎醤油
28	火	食パン 魚のパン粉焼き コールスローサラダ 豆乳スープ ヨーグルト	417	バナナ	牛乳 おせんべい サラダ味 かみかみ昆布
30	木	ジャージャー麺 しょうゆフレンチ バナナ お茶	400	牛乳 味しらべ	ヨーグルト
18	回		412		

＜参考＞4月柑橘類：清見 河内晩柑 甘夏 デコポン など
出せる果物少ないですが、出せる範囲で柑橘類は複数種類提供していただきたいです。

5月献立表(調理室用)

R8年度

日	曜	献立名	kcal	10時	3時
1	金	ごはん 魚の香味煮 さっぱりあえ 若竹汁	373	ヨーグルト パイン缶	牛乳 ソフトサラダ
7	木	ツナカレー コーンサラダ フルーツヨーグルト	496	お茶 アンパンマンソ フトせん	牛乳 ぼたぼた焼き
8	金	たけのこごはん たまごやき(以上児) ウィンナー(未満 児) 磯香あえ 切干大根みそ汁 オレンジ	378	お茶 ばりんこ	牛乳 ふくべ煎塩
11	月	生揚げの中華丼 ゆかりあえ わかめスープ オレンジ	394	お茶 味しらべ	牛乳 ばかうけ青のり
12	火	食パン 魚の洋風焼き チーズサラダ ミネストローネ ヨーグルト	421	バナナ	牛乳 ほろほろ焼き醬 油
13	水	ごはん 鶏肉のみそがらめ 五色あえ すまし汁	406	お茶 アンパンマンソ フトせん	牛乳 星たべよ
14	木	五目うどん シャキシャキサラダ バナナ	377	ヨーグルト みかん缶	牛乳 きなこラスク
15	金	【まごわやさしい】 ごはん 魚の照り焼き ごま酢あえ 豆腐のみそ汁	410	バナナ	牛乳 ハッピーターン
18	月	【かみかみ献立】かみかみきんぴら丼 カリポリづけ なめこ汁 ヨーグルト	442	お茶 ばりんこ	牛乳 ふくべ煎醬油
19	火	食パン バーベキューチキン 海草サラダ 豆乳スープ バナナ	373	お茶 味しらべ	牛乳 わかめおにぎり
20	水	ゆかりごはん 魚のいそべ揚げ もやしのナムル けんちん汁	395	お茶 アンパンマンソ フトせん	牛乳 田舎おかき塩
21	木	大豆入りスパゲティミートソース 青菜のスープ オレンジ	397	ヨーグルト パイン缶	牛乳 バナナマフィン
22	金	【減塩うまみランチ】ごはん ごまおかかきりざい カ レーきんぴら 塩ちゃんこスープ	416	バナナ	牛乳 ほろほろ焼き塩
25	月	ごはん 和風ハンバーグ のり酢あえ みそ汁 オレンジ	390	お茶 ばりんこ	牛乳 アンパンマンソ フトせん
26	火	食パン 魚のフレーク焼き みかんサラダ コンソメスープ ヨーグルト	406	牛乳 味しらべ	お茶 コーンおにぎり
27	水	菜めし 肉じゃが 春雨サラダ オレンジ	452	ヨーグルト パイン缶	牛乳 おせんべい醬油
28	木	豆乳みそラーメン 切干大根サラダ バナナ	415	お茶 アンパンマンソ フトせん	牛乳 米粉クッキー
29	金	ごはん 魚のごまケチャップソース ひじきのマリネ すまし汁	413	お茶 ばりんこ	牛乳 田舎おかき醬油
18	回		409		

6月献立表(調理室用)

R8年度

日	曜	献立名	kcal	10時	3時
1	月	ごはん 豚肉の生姜焼き 青のりポテト もずくのみそ汁 冷凍パイ	413	お茶 味しらべ	牛乳 ほろほろ焼き醤油
2	火	食パン 魚のオーロラ焼 ビーンズサラダ 野菜スープ バナナ	377	お茶 アンパンマンソフトせん	牛乳 ゆかりおにぎり
3	水	えだまめじゃこごはん たまごやき(以上児) ウィンナー(未満児) おかかあえ どさんこ汁	413	バナナ	牛乳 ぼたぼた焼き
4	木	豆乳クリームスパゲティ フレンチサラダ あじさいゼリーポンチ	431	牛乳 ぱりんこ	牛乳 ばかうけ青のり
5	金	ごはん 魚の塩焼き ひじきの煮物 みそ汁	422	ヨーグルト みかん缶	牛乳 田舎おかき塩
8	月	【かみかみ献立】 わかめごはん 手まりしゅうまい かみかみサラダ きのこ汁	453	バナナ	牛乳 ソフトサラダ
9	火	食パン ケチャップ炒め ひじきサラダ トマトスープ ヨーグルト	410	お茶 味しらべ	牛乳 バナナ
10	水	ごはん 魚の梅煮 ごま酢あえ みそ汁	392	ヨーグルト パイ缶	牛乳 ハッピーターン
11	木	やきそば 豆腐のスープ バナナ	385	お茶 アンパンマンソフトせん	牛乳 ふくべ煎醤油
12	金	【減塩うまみランチ】ごはん 鶏のから揚げ カレーマリネ 切干大根みそ汁 冷凍りんご	423	お茶 ぱりんこ	牛乳 ほろほろ焼き塩
15	月	ごはん きりざい じゃがいもきんぴら けんちん汁	394	バナナ	ジョア 星たべよ
16	火	ハヤシライス ブロッコリーサラダ 冷凍みかん	462	お茶 味しらべ	牛乳 きなこ蒸しパン
17	水	野沢菜チャーハン ゆかりあえ 中華スープ ヨーグルト	380	バナナ	お茶 いもけんぴ
18	木	ちゃんぽんうどん ポテトのさっぱりサラダ 冷凍りんご	350	ヨーグルト みかん缶	牛乳 人参ドーナツ
19	金	【まごわやさしい】 ごはん 魚のごまフライ風 海草サラダ まめまめみそ汁	433	牛乳 アンパンマンソフトせん	牛乳 田舎おかき醤油
22	月	ごはん とらねこふりかけ 五色あえ 豚汁	407	ジョア ぱりんこ	牛乳 ふくべ煎塩
23	火	チリコンカンサンド パインサラダ 豆乳コーンスープ ヨーグルト	438	牛乳 味しらべ	お茶 おかかおにぎり
24	水	ごはん 魚の甘酢がらめ カリコリきゅうり みそ汁	415	バナナ	牛乳 アンパンマンソフトせん
25	木	五目ラーメン じゃがいものマヨネーズ焼き 冷凍パイ	467	お茶 アンパンマンソフトせん	牛乳 ごまラスク
26	金	ごはん 魚のみそ煮 磯香あえ すまし汁 メロン	382	ヨーグルト パイ缶	牛乳 おせんべい醤油
29	月	ごはん 鶏の甘辛煮 もやしのナムル みそ汁 バナナ	384	お茶 ぱりんこ	牛乳 ばかうけ青のり
30	火	ぶどう食パン かぼちゃのごまがらめ ミートボールスープ ヨーグルト	409	牛乳 味しらべ	お茶 ほろほろ焼き醤油
22	回		411		