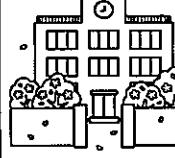
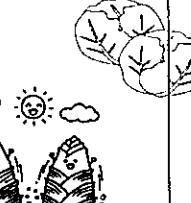
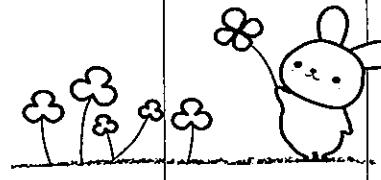
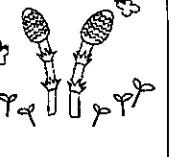
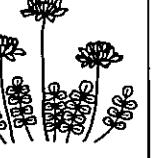
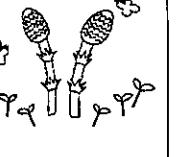
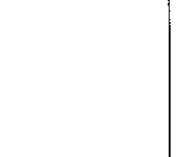
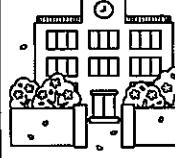
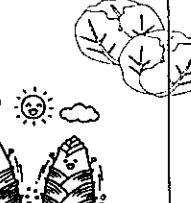
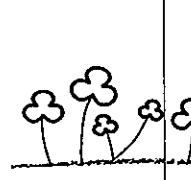
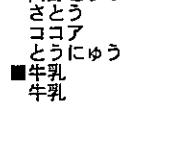
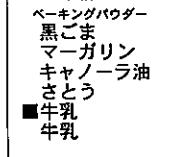
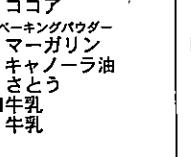


★ 4月 うめ・さくら・もも 献立表 ★

1 土	3 月	4 火	5 水	6 木	7 金	8 土	10 月	11 火	12 水	13 木	14 金	15 土		
■麻婆丼 米 とうふ 豚ひき肉 たまねぎ 青ねぎ しようが みそ 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ごま油 ■インゲンの中華和え さやいんげん にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう 中華スープ はるさめ わかめ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ	■ごはん 米 ■鰯の塩焼き 秋鮭 しお ■ほうれん草の和えもの ほうれんそう にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■チキンカツ とりにく しお ■豚肉のポン酢炒め かたり粉 だいせんフレーク キャノーラ油 ケチャップ ■春雨サラダ はるさめ きゅうり にんじん ごま油 穀物酢 さとう ■みそしる はくさい ふ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉のポン酢炒め かたり粉 だいせんフレーク キャノーラ油 ケチャップ ■春雨サラダ はるさめ きゅうり にんじん ごま油 穀物酢 さとう ■みそしる はくさい ふ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■わかめうどん うどん とりにく わかめ 青ねぎ だし昆布 削りぶし ■金平ごぼう ごぼう にんじん ごま油 淡口しょうゆ ■みそしる はくさい ふ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■キーマカレー 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■ブロッコリーのサラダ ブロッコリー たまねぎ おくら にんじん ごま油 淡口しょうゆ ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■鶏のすき焼き風丼 米 とりにく たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■オクラの和え物 高野豆腐の煮物 おから にんじん ごぼう にんじん ごま油 淡口しょうゆ ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 とろにく たまねぎ にんじん みそ 濃口しょうゆ ■オクラの和え物 高野豆腐の煮物 おから にんじん ごぼう にんじん ごま油 淡口しょうゆ ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■たけのこごはん 米 たけのこ水煮 にんじん あぶらあげ 淡口しょうゆ ■鮭の生姜煮 さば 濃口しょうゆ ■高野豆腐の煮物 高野とうふ にんじん にんじん ごぼう にんじん ごま油 淡口しょうゆ ■春キャベツの胡麻和え 新キャベツ にんじん 白ごま 濃口しょうゆ ■すまし汁 はくさい ふ 青ねぎ 淡口しょうゆ ■みそしる わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 とろにく たまねぎ にんじん みそ 濃口しょうゆ ■マッシュルーム缶 ケチャップ さとう ■キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■マカロニサラダ マカロニ きゅうり にんじん マヨネーズ	■やきそば 小麦中華めん ぶたにく 新ジャガイモ たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■具だくさん味噌汁 マカロニ きゅうり にんじん マヨネーズ	■チキンカレー 米 とりにく たまねぎ 濃口しょうゆ ■カリフラワーのポン酢和え カリフラワー にんじん ボンズ ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■豚肉の生姜焼き丼 米 ぶたにく たまねぎ 濃口しょうゆ ■カリフラワーのポン酢和え カリフラワー にんじん ボンズ ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし		
														
3時	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	■お餅のラスク ふ マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■フルーツ (もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳	■きなこクッキー きな粉 きな粉 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■菜めし おにぎり みかん缶 みかん缶 ■牛乳 牛乳	■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ 米 牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ クラッカー ブルーベリージャム ■牛乳 牛乳	■ブルーベリージャムサンド クラッcker ブルーベリージャム ■牛乳 牛乳	■抹茶クッキー こめ粉 抹茶缶 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■ポンマシュマロ ほん葉子 マシュマロ マーガリン ■牛乳 牛乳	■フライドポテト 新ジャガイモ キャノーラ油 しお ■牛乳 牛乳	■フルーツ (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳

17 月	18 火	19 水	20 木	21 金	22 土	24 月	25 火	26 水	27 木	28 金	29 土						
■ごはん 米 ■たらの煮付け たら しようが さとう ■炒めなます 切干大いこん にんじん きぬさや ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう 前りぶし ■みそしる とうふ あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏のマヨネーズ焼き とりにく しお たまねぎ にんじん バセリ缶 マヨネーズ キャノーラ油 ■インゲンのサラダ さやいんげん たまねぎ 黄ピーマン キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう ■スープ きやべつ にんじん ブイヨン しお	■ごはん 米 ■豚肉の甘辛炒め ぶたにく しお たまねぎ にんじん 系こんにゃく ピーマン 濃口しょうゆ さとう ■オクラのとかか和え おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう ■ひじき煮 ひじき にんじん 濃口しょうゆ さとう かつおぶし ■みそしる だいこん にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■五目うどん うどん とりにく しめじ はくさい にんじん 青ねぎ だし昆布 削りぶし ■オクラの中華和え みりん風 濃口しょうゆ さとう ■ひじき煮 ひじき にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■みそしる だいこん にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■カレーチャーハン 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ カレー粉 キャノーラ油 しお バセリ缶 ■小松菜の和え物 ごま油 濃口しょうゆ さとう ■ひじき煮 にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■豚丼 米 ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう だし昆布 削りぶし ■小松菜の和え物 ごま油 濃口しょうゆ さとう ■ひじき煮 にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 豚肉の生姜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう ■うれん草のごま和え ごま油 濃口しょうゆ さとう ■ひじき煮 にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 白身魚の唐揚げ ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう ■インゲンのツナ和え さやいんげん たまねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■きゅうりの酢の物 きゅうり わかめ さとう ■みそしる ふ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 鶏の照り焼き とりにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう ■インゲンのツナ和え さやいんげん たまねぎ トマト缶 ケチャップ さとう ■きゅうりの酢の物 きゅうり わかめ さとう ■みそしる ふ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ミートスパゲティ スパゲティ キャノーラ油 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう ■ミニボトル だいこん プロッコリー にんじん ウインナー ブイヨン しお ■ボックル 米 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■キヤベツサラダ きやべつ コーン 赤パプリカ マヨネーズ	■ボクルカレー 米 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■ミニボトル だいこん プロッコリー にんじん ウインナー ブイヨン しお ■ボックル 米 ぶたにく 牛乳 牛乳	昭和の日						
																	
3時	■高野豆腐のココアトースト 高野とうふ さとう ココア とうにゅう ■牛乳 牛乳	■セサミクッキー こめ粉 さつまいも ベーキングパウダー 黒こま マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■スイートポテト さつまいも さとう マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■赤飯おにぎり 米 モチ米 小豆 黒ごま しお ■塩おにぎり 米 しお ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■クラッカージャムサンド クラッcker いちごジャム ■牛乳 牛乳	■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳	■ココアクッキー こめ粉 ココア ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 しお ■牛乳 牛乳	■フルーツ (もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳						