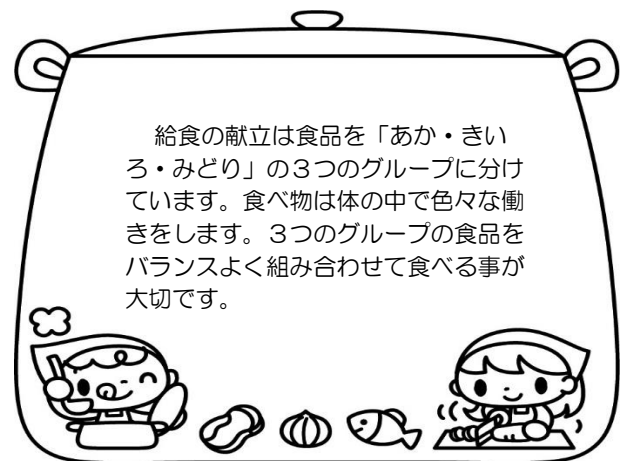
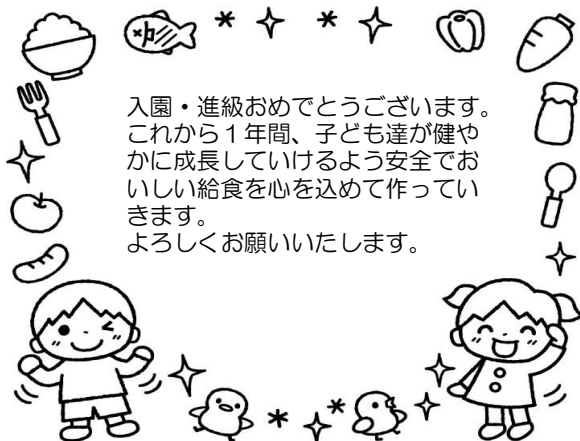




# 令和6年 4月 きゅうしょくこんだてひょう



ひにちようひ	しゅしょく	ふくしょく	あか	きいろ	みどり	Kcal	
			骨・血・肉になる	はたらく力になる	体の調子をととのえる		
9	火	ごはん	ホキ・ひじき・豚肉 ちくわ・油揚げ・みそ	ごはん・油・ゼリー マヨネーズ・ごま	人参・いんげん キャベツ・しめじ	341	
10	水	ごはん	鶏肉 魚肉ソーセージ	ごはん・マヨネーズ マカロニ・コーン	きゅうり・人参・キャベツ ほうれん草・えのき・玉ねぎ	376	
17	水	ごはん	豚肉・鶏肉・ツナ わかめ・油揚げ・みそ	ごはん・油 ごま	玉ねぎ・人参 ほうれん草・大根	349	
18	木	ごはん	卵 のり	ごはん・油 じゃがいも	玉ねぎ・人参・ニラ 小松菜・もやし	400	
19	金	ごはん	肉じゃが・即席漬け みそ汁	ごはん・油・白滝・ごま じゃがいも・グリーンピース	人参・玉ねぎ きゅうり・キャベツ	399	
22	月	ごはん	メンチカツ 野菜ソテー・すまし汁	豚肉・ベーコン わかめ	ごはん 油	玉ねぎ・人参・えのき キャベツ・ピーマン	372
23	火	ごはん	マーボー豆腐 春雨サラダ・ワンタンスープ	豆腐・豚肉・みそ ハム・ナルト	ごはん・ワンタン皮 油・春雨	玉ねぎ・人参・ねぎ きゅうり・もやし	363
24	水	挽肉の カレーライス	コーンサラダ ヨーグルト	豚肉・わかめ ヨーグルト	ごはん・グリーンピース コーン・じゃがいも・油	玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり	424
25	木	ごはん	鯖の塩焼き ごま和え・豚汁	鯖・豚肉 豆腐・みそ	ごはん・ごま さといも・油	もやし・人参・ほうれん草・ねぎ 大根・人参・ごぼう・干しいたけ	388
26	金	肉うどん	ちくわの磯辺揚げ 和え物・バナナ	豚肉 ちくわ	うどん・油 ごま	人参・キャベツ・玉ねぎ 干し椎茸・ほうれん草・バナナ	320
30	火	ごはん	鶏の照焼・みそ汁 切干大根のごまマヨサラダ	鶏肉・ハム 豆腐・わかめ・みそ	ごはん・ごま マヨネーズ	人参・キャベツ きゅうり・切干大根	414



くだものは、その都度旬のものを選んでいきますのでよろしくお願いいたします。  
仕入れの都合により献立を変更する場合がございますが  
その場合必ず保護者に変更内容をお知らせいたします。ご了承ください。