

保護者確認欄

様

2024、4月分予定献立

(1)

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)
8	9 麦ご飯	10 米飯	11 米飯	12 米飯
	カレーライス 海と畑のサラダ	鶏肉のから揚げ 春キャベツのごま和え たまねぎのみそ汁	豚丼 ピッコロサラダ	平つくね(お好みソース) 小松菜のおかか和え 若竹汁
15 減量パン	16 米飯	17 減量黒糖パン	18 米飯	19 米飯
焼きそば 野菜サラダ (小袋和風ドレッシング)	魚(さわら)の塩こうじ焼き きゅうりとわかめの酢の物 たけのこと鶏肉のみそ煮	淡路コロッケ キャベツとコーンの和え物 もち麦スープ	牛肉とごぼうのうま煮 豆腐としめじのみそ汁 しらぬい(個包装)	マーボー豆腐 春雨サラダ
22 減量パン	23 米飯	24 米飯	25 米飯	26 わかめご飯
えびのクリーム煮 こんにゃくサラダ	豆腐ハンバーグ(あんかけ) チンゲンサイのいろどり和え ふのみそ汁 さくらゼリー	肉じゃが煮 じゃこのサラダ	チャプチェ ワンタンスープ	魚(あなご)の天ぷら きゅうりともやしの和え物 山菜のかきたま汁
29	30 米飯			
	豚肉のみそ炒め はんぺんのすまし汁			

15(月)			16(火)			17(水)			18(木)			19(金)		
減量パン 焼きそば 野菜サラダ (小袋和風ドレッシング)			米飯 魚(さわら)の塩こうじ焼き きゅうりとわかめの酢の物 たけのこと鶏肉のみそ煮			減量黒糖パン 淡路コロッケ キャベツとコーンの和え物 もち麦スープ			米飯 牛肉とごぼうのうま煮 豆腐としめじのみそ汁 しらぬい(個包装)			米飯 マーボー豆腐 春雨サラダ		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
焼きそばめん	28	33.6	銀さわら切身 40g	1切	1切	淡路牛コロッケ(乳卵抜き)60g	1個	1個	牛肉ももばらスライス	25	30	冷凍豆腐	100	110
豚肉ばらスライス	20	24	塩こうじ	4	4	米ぬか油	6	6	米ぬか油	0.2	0.24	豚ひき肉	38	45
キャベツ	34	40							にんじん	18	21.6	しょうが	0.8	1
もやし	20	25	きゅうり	20	24	キャベツ	34	40.8	ごぼう	30	36	にんにく	0.8	1
たまねぎ	15	18	カットわかめ	0.5	0.6	冷凍ホールコーン	5	6	たけのこ水煮	15	18	たまねぎ	32	38
にんじん	15	16	天外天塩	0.08	0.1	天外天塩	0.1	0.12	乾しいたけ	0.4	0.48	にんじん	15	18
にら	3	3.5	米酢	1.35	1.62	こしょう	0.01	0.01	しらたき	20	24	乾しいたけ	0.4	0.5
葉ねぎ	3	3.5	上白糖	1	1.2	焼豚	10	12	冷凍さやいんげん	5	6	にら	6.5	7
お好みソース	7	8	うすくちしょうゆ	0.64	0.77	たまねぎ	20	24	三温糖	1.4	1.68	八丁みそ	5.2	6.3
ウスターソース	4.8	6	いりごま	0.5	0.6	にんじん	9	11	うすくちしょうゆ	2.28	2.74	トウバンジャン	0.25	0.45
天外天塩	0.17	0.2				キャベツ	20	24	こいくちしょうゆ	2.5	3	こいくちしょうゆ	4.2	5
こしょう	0.02	0.04	たけのこ水煮	20	24	もち麦	3	3.5	清酒	0.5	0.6	三温糖	1.2	1.44
あおのり	0.25	0.3	鶏もも皮つき	25	30	丸鶏スープベースHD	12	12	本みりん	0.5	0.6	オイスターソース	0.44	0.53
米ぬか油	0.5	0.6	じゃがいも	55	66	天外天塩	0.68	0.7	ぶなしめじ	8	10	清酒	1	1.2
			にんじん	15	18	こしょう	0.02	0.03	木綿豆腐	40	45	ごま油	0.4	0.5
ブロッコリー	15	18	冷凍さやいんげん	5	6				にんじん	10	12	でんぷん	1.5	1.6
冷凍ブロッコリー	15	18	板こんにゃく	20	24				乾燥湯葉	1	1.2	はるさめ	5	6
赤ピーマン	5	6	ごぼう団子	18	21.6	黒砂糖	10	14	根深ねぎ	10	12	キャベツ	30	36
きゅうり	10	12	みそ	5	6				みそ	7.25	7.4	にんじん	10	12
チキンハム	10	12	上白糖	2	2.4				煮干し	4	4	きゅうり	10	12
			本みりん	1.19	1.43							チキンハム	8	9.6
小袋和風ドレッシング 8ml	1袋	1袋	こいくちしょうゆ	1.74	2.09				しらぬい(個包装)40g	1袋	1袋	いりごま	0.6	0.72
			削り節 3号だし	1	1.2							ごま油	0.6	0.72
			米ぬか油	0.4	0.48							米酢	4.5	5.4
			水	24	28.8							上白糖	1.9	2.28
												うすくちしょうゆ	4.6	5.52

22(月)			23(火)			24(水)			25(木)			26(金)		
減量パン えびのクリーム煮 こんにゃくサラダ			米飯 豆腐ハンバーグ(あんかけ) チンゲンサイのいろどり和え ふのみそ汁 さくらゼリー			米飯 肉じゃが煮 じゃこのサラダ			米飯 チャプチェ ワンタンスープ			わかめご飯 魚(あなご)の天ぷら きゅうりともやしの和え物 山菜のかきたま汁		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
むきえび	20	24	豆腐ハンバーグ(乳卵抜き)60g	1個	1個	豚肉ももスライス	25	27.5	牛肉ももばらスライス	35	42	あなご 20g	1尾	1尾
たまねぎ	38	45.6	上白糖	1.5	1.5	米ぬか油	0.3	0.33	米ぬか油	0.4	0.48	天ぷら粉	8	8
にんじん	9	10.8	こいくちしょうゆ	2	2	にんじん	14	15.4	三温糖	0.8	0.96	米ぬか油	4	4
じゃがいも	45	54	清酒	0.6	0.6	じゃがいも	77	84.7	こいくちしょうゆ	2.6	3.12	きゅうり	20	24
マッシュルーム	5	6	本みりん	0.6	0.6	たまねぎ	75	82.5	清酒	0.3	0.36	もやし	20	24
マカロニ	5	6	キャベツ	20.8	24.96	しらたき	20	22	しょうが	0.24	0.29	天外天塩	0.08	0.1
有塩バター	3	3.6	チンゲンサイ	27.2	32.64	冷凍さやいんげん	5	5.5	にんにく	0.28	0.34	天外天塩	0.08	0.1
小麦粉	3	3.6	にんじん	4	4.8	三温糖	1.1	1.21	根深ねぎ	3	3.6	米酢	1.35	1.62
天外天塩	0.64	0.7	冷凍ホールコーン	4	4.8	こいくちしょうゆ	3	3.3	乾しいたけ	0.4	0.48	上白糖	1	1.2
こしょう	0.03	0.04	ポークハム	6.4	7.68	うすくちしょうゆ	3.2	3.52	たまねぎ	14.1	16.92	うすくちしょうゆ	0.64	0.77
調理用牛乳	40	48	うすくちしょうゆ	2.08	2.5	清酒	0.5	0.55	にんじん	9	10.8	いりごま	0.5	0.6
白ワイン	0.6	0.72	上白糖	0.32	0.38	本みりん	0.5	0.55	たけのこ水煮	10	12	山菜水煮ミックス	15	18
丸鶏スープベースHD	12	13	たまねぎ	30	35	キャベツ	30	36	赤ピーマン	2.7	3.24	たまねぎ	8	10
サラダこんにゃく	20	24	にんじん	9	11	ちりめんじゃこ	3	3.6	はるさめ 5cmカット	5	6	にんじん	9	11
にんじん	5	6	油揚げ	2	2.2	ごま油	0.5	0.6	にら	3.8	4.56	木綿豆腐	30	35
きゅうり	10	12	塩蔵わかめ	1.2	1.3	冷凍むき枝豆	20	24	いりごま	0.5	0.6	鶏卵	15	17
キャベツ	20	24	おつゆふ	1.2	1.3	うすくちしょうゆ	1.2	1.44	三温糖	0.3	0.36	葉ねぎ	3.5	3.5
親鶏素焼きスライス	10	12	葉ねぎ	3.5	3.5	うすくちしょうゆ	1.9	2.28	うすくちしょうゆ	1.9	2.28	天外天塩	0.15	0.17
上白糖	1.4	1.68	出し昆布	0.6	0.6	ごま油	0.4	0.48	ごま油	0.4	0.48	うすくちしょうゆ	4.2	4.3
米酢	2.1	2.52	削り節 3号だし	4	4	トウバンジャン	0.1	0.12	トウバンジャン	0.1	0.12	でんぷん	0.3	0.33
うすくちしょうゆ	2.7	3.24	みそ	7.25	7.4	ワンタンの皮			ワンタンの皮	8	9	出し昆布	0.6	0.6
ごま油	0.3	0.36	さくらゼリー 30g	1個	1個	にんじん	6	7	にんじん	6	7	削り節 3号だし	4	4
						えのきたけ	7	9	えのきたけ	7	9			
						葉ねぎ	3	3	葉ねぎ	3	3	炊き込みわかめ	1.94	2.5
						丸鶏スープベースHD	15	15	丸鶏スープベースHD	15	15			
						天外天塩	0.12	0.13	天外天塩	0.12	0.13			
						うすくちしょうゆ	4.2	4.3	うすくちしょうゆ	4.2	4.3			

