

令和3年

4月献立

※材料、天気、その他の都合により献立を変更する場合があります。  
★アレルギー食品(卵・乳製品使用)

日 / 曜	献立名	材 料 名			日 / 曜	献立名	材 料 名		
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
木	ごはん チキンのピザ焼き(2ヶ) 青菜とイカの炒め物 えのきと卵のすまし汁	ごはん グラニュー糖 ごま油 大豆油	鶏モモ肉 イカ ★たまご ★粉チーズ	にんじん たまねぎ チンゲン菜 はくさい とうもろこし えのき ピーマン ねぎ	土	ごはん チキン-リック焼き(2ヶ) 大根のくず煮 白菜のみそ汁	ごはん 小麦粉 かたくり粉 大豆油	鶏モモ肉 豚ミンチ 油揚げきざみ	にんじん だいこん はくさい ねぎ
金	ごはん 魚の照り焼き ★スパゲッティサラダ 大根と油揚げのみそ汁	ごはん スパゲッティ 大豆油 ★マヨネーズ	ホキ ★白ハム ★たまご 油揚げ	にんじん たまねぎ きゅうり だいこん とうもろこし ねぎ	月	ごはん さばのみそ煮 かぼちゃの煮物 もずくの酢の物 ★小松菜と卵のすまし汁	ごはん かぼちゃ グラニュー糖 大豆油	さば もずく ★たまご	きゅうり こまつな
土	ごはん ★肉団子のケチャップ煮(3個) チキナーイリチー 春雨の中華スープ	むぎごはん 豆腐 春雨 グラニュー糖 大豆油	★ミートボール ツナ	にんじん たまねぎ からしな ピーマン キャベツ	火	タコライス 豚ロースの串カツ ホウレン草のコンソメスープ	ごはん グラニュー糖 大豆油	豚ミンチ 牛ミンチ 豚ロースカツ	にんじん たまねぎ とうもろこし ほうれん草 トマト缶 レタス グリーンピース
月	麦ごはん ★豆腐カツ 冬瓜ンブシー ホウレン草のおかか和え 麩とわかめのみそ汁	ごはん うずまき麩 大豆油	★豆腐カツ ツナ 竹小町 わかめ	にんじん とうがん ニラ ほうれん草	水	ごはん ★はんぺんチーズフライ ★人参シリシリ パイン缶 具だくさんのみそ汁	ごはん 大豆油	はんぺんチーズフライ ★たまご ★ベーコン	にんじん たまねぎ だいこん こまつな にら パイン缶
火	★沖縄そば ★胡瓜とカニカマサラダ ★ミカスタートワッフル	沖縄そば ★ミカスタートワッフル グラニュー糖	豚バラ肉 ★丸長かまぼこ ★カニ風味かまぼこ わかめ	にんじん たまねぎ きゅうり 長ねぎ ねぎ はくさい	木	ごはん 魚の西京焼き 五目きんぴら そうめん汁	ごはん そうめん グラニュー糖 大豆油	ホキ 豚コマ肉	にんじん ごぼう れんこん ねぎ
水	ごはん 白身魚の竜田揚げ ★ゴーヤーチャンプルー みかん缶 椎茸のみそ汁	ごはん 沖縄豆腐 大豆油	ホキ ★ウインナー ★たまご きざみさつま揚げ	にんじん たまねぎ ゴーヤー 干しいたけ ねぎ みかん缶	金	ごはん 鶏のから揚げ(2ヶ) ★カレー風味ポテトソテー キャベツのごま和え 冬瓜のみそ汁	ごはん じゃがいも 小麦粉 グラニュー糖 大豆油	鶏モモ肉 ★ベーコン	にんじん たまねぎ いんげん きゅうり キャベツ 冬瓜 ねぎ
木	ごはん 豚肉のデミグラスソース煮 ★カボチャサラダ コンソメスープ	ごはん かぼちゃ ★マヨネーズ かたくり粉 大豆油	豚コマ肉 ★白ハム	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし トマト缶 ブロッコリー	土	ごはん ミートスパゲッティ 白菜と菜の花の和え物 麩とさつま揚げのみそ汁	スパゲッティ うずまき麩 大豆油	豚ミンチ ツナ きざみさつま揚げ	にんじん たまねぎ はくさい 菜の花 ねぎ
金	ごはん チキン甘酢あんかけ(2ヶ) ★キャベツのオイスター炒め 玉ねぎとホトのみそ汁	ごはん かたくり粉 大豆油	鶏モモ肉 ★ウインナー わかめ	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン じゃがいも	月	ごはん チキン南蛮(2ヶ) ★タルタルソース 白あえ 大根と油揚げのみそ汁	ごはん 沖縄豆腐 ★マヨネーズ 小麦粉 グラニュー糖 大豆油	鶏モモ肉 ★たまご 油揚げきざみ	にんじん たまねぎ ピクルス ほうれん草 だいこん ねぎ
土	★ビビンバ丼 ★竹輪の磯辺揚げ アオサ汁	ごはん 豆腐 小麦粉 大豆油 ごま油	牛肉 ★錦糸たまご ★たまご 竹小町 アオサ	にんじん たまねぎ ほうれん草 もやし	火	ごはん ★魚のチーズ風味焼き ★ジャーマンポテト ゼリー 中華スープ	ごはん じゃがいも ★粉チーズ ゼリー 大豆油	ホキ ★ベーコン	にんじん たまねぎ ピーマン キャベツ とうもろこし
月	ごはん ★ハンバーグソース煮 ブロッコリーソテー 水ギョーザスープ(2ヶ)	ごはん 大豆油	★ハンバーグ ツナ 水ギョーザ	にんじん たまねぎ ブロッコリー とうもろこし キャベツ 長ねぎ	水	ごはん ★かぼちゃコロケ 青菜ソテー ★ミネストローネ	ごはん 大豆油	★かぼちゃコロケ ★ベーコン きざみさつま揚げ	にんじん たまねぎ チンゲン菜 トマト缶 とうもろこし
火	ごはん チンジャオロース風炒め 大学芋 ★もやしの中華和え 小松菜と椎茸のすまし汁	ごはん さつま芋 グラニュー糖 かたくり粉 大豆油 ごま油	豚コマ肉 ★白ハム	にんじん たまねぎ ピーマン たけのこ もやし きゅうり きくらげ 小松菜 しいたけ	木	 <h2 style="text-align: center;">昭和の日</h2>			
水	あわごはん 魚の野菜あんかけ パパイヤイリチー ★マカロニサラダ キャベツのみそ汁	あわごはん マカロニ ★マヨネーズ かたくり粉 グラニュー糖 大豆油	ホキ ★白ハム わかめ ツナ	にんじん たまねぎ パパイヤ キャベツ きゅうり ピーマン とうもろこし ニラ	金	なめしごはん ★魚のマヨソースからめ クーフィリチー 大根ときゅうりのゴマ和 ホウレン草と芋のみそ汁	なめしごはん 通しコンニャク じゃがいも ★マヨネーズ 小麦粉 グラニュー糖 大豆油 ごま油	ホキ ツナ きざみこんぶ わかめ	にんじん たまねぎ 干しいたけ だいこん きゅうり ほうれん草
木	ごはん ★八宝菜 ミニ春巻き 菜の花のおかか和え えのきのすまし汁	ごはん かたくり粉 大豆油	豚コマ肉 ★うずら卵 ミニ春巻き	にんじん たまねぎ はくさい たけのこ 干しいたけ いんげん ねぎ 菜の花 えのき	 <h2 style="text-align: center;">にゅうえん おめでとう!</h2>				
金	豆入りカレーライス ★うずら卵フライ ★春雨のごま酢和え	ごはん 春雨 グラニュー糖 大豆油 ごま油	豚ミンチ ★カニ風味かまぼこ ★うずら卵フライ	にんじん たまねぎ グリーンピース ひよこ豆 とうもろこし レタス きゅうり	 <h2 style="text-align: center;">4月</h2>				

# 令和3年 4月献立

※材料、天気、その他の都合により献立を変更する場合があります。  
★アレルギー食品(卵・乳製品使用)

日/曜	献立名	材 料 名			日/曜	献立名	材 料 名		
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
木	ごはん ★チキンのピザ焼き(2ヶ) 青菜とイカの炒め物 ★えのきと卵のすまし汁 	(乳) チキンのピザ焼き ⇒粉チーズ抜き	(卵・乳) えのきと卵のすまし汁 ⇒卵抜き		土	ごはん チキンリック焼き(2ヶ) 大根のくず煮 白菜のみそ汁			
金	ごはん 魚の照り焼き ★スパゲッティサラダ 大根と油揚げのみそ汁 	(卵・乳) スパゲッティサラダ ⇒卵・白ハム抜き、マヨドレ使用			月	ごはん さばのみそ煮 かぼちゃの煮物 もずくの酢の物 ★小松菜と卵のすまし汁 	(卵) 小松菜と卵のスープ ⇒卵抜き		
土	ごはん ★肉団子のケチャップ煮(3個) チキナーイリチー 春雨の中華スープ 	(乳) 肉団子のケチャップ煮 ⇒乳抜きミートボール(5個)			火	タコライス 豚ロースの串カツ ホウレン草のコンソメスープ			
月	麦ごはん ★豆腐カツ 冬瓜ブシ ホウレン草のおかか和え 麩とわかめのみそ汁	(乳) 豆腐カツ ⇒ハムカツ			水	ごはん ★はんぺんチーズフライ ★人参シリシリ パイン缶 具だくさんのみそ汁	(乳) はんぺんチーズサンド ⇒ごまみそチキンカツ (卵・乳) 人参シリシリ ⇒卵・ウィンナー抜き、ツナ追加		
火	★沖縄そば ★胡瓜とカニカマサラダ ★ミニカスターワッフル	(卵) 沖縄そば⇒丸長かまぼこ抜き、竹小町使用 (卵・乳) 胡瓜とカニカマサラダ ⇒カニカマ抜き、ツナ追加 (卵・乳) ミニカスターワッフル ⇒卵・乳抜きホットケーキ			木	ごはん 魚の西京焼き 五目きんぴら そうめん汁			
水	ごはん 白身魚の竜田揚げ ★ゴーヤーチャンプルー みかん缶 椎茸のみそ汁 	(卵・乳) ゴーヤーチャンプルー ⇒卵・ウィンナー抜き、ツナ追加			金	ごはん 鶏のから揚げ(2ヶ) ★カレー風味ポテトソテー キャベツのごま和え 冬瓜のみそ汁 	(卵) カレー風味ポテトソテー ⇒ベーコン抜き、ツナ追加		
木	ごはん 豚肉のデミグラスソース煮 ★カボチャサラダ コンソメスープ	(卵・乳) かぼちゃサラダ ⇒白ハム抜き、マヨドレ使用			土	ミートスパゲッティ 白菜と菜の花の和え物 麩とさつま揚げのみそ汁			
金	ごはん チキン甘酢あんかけ(2ヶ) ★キャベツのオイスター炒め 玉ねぎとポテのみそ汁 	(乳) キャベツのオイスターソース炒め ⇒ウィンナー抜き、ツナ追加			月	ごはん チキン南蛮(2ヶ) ★タルタルソース 白あえ 大根と油揚げのみそ汁	(卵) タルタルソース ⇒卵抜き、マヨドレ使用		
土	★ビビンバ丼 ★竹輪の磯辺揚げ アオサ汁	(卵) ビビンバ丼 ⇒錦糸卵抜き (卵) 竹輪の磯辺揚げ ⇒卵抜き衣使用			火	ごはん ★魚のチーズ風味焼き ★ジャーマンポテトゼリー 中華スープ 	(乳) 魚のチーズ風味焼き ⇒粉チーズ抜き (卵・乳) ジャーマンポテト⇒ベーコン抜き、ツナ追加		
月	ごはん ★ハンバーグソース煮 ブロッコリーソテー 水ギョーザスープ(2ヶ) 	(卵・乳) ハンバーグソース煮 ⇒卵・乳抜きハンバーグ使用			水	ごはん ★かぼちゃコロケ 青菜ソテー ★ミネストローネ	(乳) かぼちゃコロケ ⇒ポテトコロケ (卵・乳) ミネストローネ ⇒ベーコン抜き		
火	ごはん チンジャオロース風炒め 大学芋 ★もやしの中華和え 小松菜と椎茸のすまし汁 	(乳) もやしの中華和え ⇒白ハム抜き、ツナ追加			木	 <b>昭和の日</b>			
水	あわごはん 魚の野菜あんかけ パパイヤイリチー ★マカロニサラダ キャベツのみそ汁 	(卵・乳) マカロニサラダ ⇒卵・白ハム抜き、マヨドレ使用			金	なめしごはん ★魚のマヨソースからめ クレープイリチー 大根ときゅうりのゴマ和 ホウレン草と芋のみそ汁 	(卵) 中華風スープ ⇒卵抜き		
木	ごはん ★八宝菜 ミニ春巻き 菜の花のおかか和え えのきのすまし汁 	(卵) 八宝菜 ⇒うずら卵抜き			 にゅうえん おめでとう!				
金	豆入りカレーライス ★うずら卵フライ ★春雨のごま酢和え 	(卵) うずら卵フライ ⇒ごぼうメンチカツ (卵・乳) 春雨のごま酢和え ⇒カニカマ抜き、ツナ追加			 <b>4月</b>				

# 令和3年 4月 おやつメニュー

材料、天候等の都合により献立が変更になる場合があります。



★…アレルギー用おやつになります。表示がない場合は共通です。

1(木)	揚げたこ焼き(3個) ★卵抜きヒラヤーチー	2(金)	黒糖蒸しパン ☆乳抜き蒸しパン	3(土)	ミニ紅芋パン ★ジャムパン						
エネルギー	146kcal	エネルギー	145kcal	エネルギー	91kcal						
蛋白/脂質	2.8g/11.1g	蛋白/脂質	2.8g/9.1g	蛋白/脂質	2.8g/1.2g						
4(月)	チーズスコーン ☆乳抜きスコーン	5(火)	ミニアメリカンドック(2本) ★卵・乳抜きアメリカンドック	6(水)	ピザトースト ★乳抜きピザトースト	7(木)	きなこクッキー(2枚) ★乳抜ききなこクッキー	8(金)	バナナケーキ ★卵・乳抜きバナナケーキ	9(土)	ミニメロンパン ★ジャムパン
エネルギー	189kcal	エネルギー	169kcal	エネルギー	173kcal	エネルギー	162kcal	エネルギー	215kcal	エネルギー	152kcal
蛋白/脂質	3.9g/9.0g	蛋白/脂質	5.9g/7.7g	蛋白/脂質	8.3g/4.9g	蛋白/脂質	3.2g/5.8g	蛋白/脂質	2.9g/2.9g	蛋白/脂質	2.0g/8.7g
10(月)	マドレーヌ ★卵・乳抜きマドレーヌ	11(火)	今川焼き(カスタード) ★卵・乳抜き今川焼きサト	12(水)	みかんゼリー	13(木)	焼き芋マフィン ★卵・乳抜き焼き芋マフィン	14(金)	くずもち (2個)	15(土)	ミニクリームパン ★ジャムパン
エネルギー	200kcal	エネルギー	87kcal	エネルギー	84kcal	エネルギー	197kcal	エネルギー	84kcal	エネルギー	111kcal
蛋白/脂質	3.4g/8.9g	蛋白/脂質	1.4g/2.9g	蛋白/脂質	2.6g/0.1g	蛋白/脂質	2.5g/10g	蛋白/脂質	2.6g/0.1g	蛋白/脂質	1.6g/3.4g
16(月)	レモンケーキ ★卵・乳抜きレモンケーキ	17(火)	ヒラヤーチ	18(水)	スイートポテト ★卵・乳抜きスイートポテト	19(木)	いなり寿司	20(金)	レーズンクッキー(2個) ★乳抜きレーズンクッキー	21(土)	ミニチョコパン ★ジャムパン
エネルギー	188kcal	エネルギー	126kcal	エネルギー	214kcal	エネルギー	139kcal	エネルギー	167kcal	エネルギー	109kcal
蛋白/脂質	4.1g/9.4g	蛋白/脂質	3.7g/1.6g	蛋白/脂質	3.2g/9.0g	蛋白/脂質	2.6g/1.4g	蛋白/脂質	4.1g/6.6g	蛋白/脂質	1.8g/3.1g
22(月)	かいんとう饅頭 (2個)	23(火)	ウィンナーロール ★乳抜きウィンナーロール	24(水)	バームクーヘン ★卵・乳抜きホットケーキ	25(木)	昭和の日 ★卵・乳抜きマーブルケーキ	26(金)	マーブルケーキ ★卵・乳抜きマーブルケーキ		
エネルギー	180kcal	エネルギー	216kcal	エネルギー	180kcal	エネルギー	227kcal	エネルギー	227kcal		
蛋白/脂質	2.8g/3.4g	蛋白/脂質	6.8g/14.9g	蛋白/脂質	3.0g/7.7g	蛋白/脂質	3.6g/10.9g	蛋白/脂質	3.6g/10.9g		