

4月食事だより

目標
給食に慣れましょう

完了食については以下の対応をしています。
【除去】カレー粉、マーマレード、黒糖、ココア、こんにやく
【代替】中華そば→ビーフン サンマ・鰯→サバ
(こんにやくは1才まで、サンマ、鰯は2才まで)

◎10時のおやつは完了食から2才までです。 ◎都合により献立が変わることもあります。 羽曳野市こども政策課

日付	昼食			3時のおやつ		10時のおやつ	
1 (月)	◎豚肉の生姜焼き 豚生姜焼き用 玉ねぎ 土生姜 みりん 醤油	◎じゃが芋のきんぴら じゃが芋 ピーマン 白ごま 油 醤油 みりん	◎青菜のみそ汁 青菜 玉ねぎ みそ だし汁	◎ごはん 精白米	◎レーズン蒸しパン 小麦粉 べーキングパウダー 砂糖 油 牛乳 レーズン	◎牛乳 牛乳	◎ちりめんじゃこ ちりめんじゃこ ◎牛乳 牛乳
2 (火)	◎鱈の照り焼き サワラ みりん 醤油	◎けんちん煮 高野豆腐 豚もも肉 ごぼう じゃが芋 人参 砂糖 みそ みりん 油 だし汁	◎すまし汁 えのき茸 糸わかめ 青ねぎ 薄口醤油 みりん だし汁	◎ごはん 精白米	◎焼きごもち 白玉粉 砂糖 白ごま 油 醤油	◎牛乳 牛乳	◎粒コーン 粒コーン ◎牛乳 牛乳
3 (水)	◎チキン南蛮 鶏もも肉 上新粉 かたくり粉 揚げ油 酢 砂糖 醤油	◎じゃが芋の胡麻和え じゃが芋 きゅうり 白ごま 醤油	◎白菜のみそ汁 白菜 油あげ 青ねぎ みそ だし汁	◎ごはん 精白米	◎クッキー 小麦粉 べーキングパウダー バター 砂糖	◎牛乳 牛乳	◎フレンチポテト フレンチポテト ◎牛乳 牛乳
4 (木)	◎ハヤシライス(上新粉) 牛肉 玉ねぎ しめじ 油 グリーンピース 上新粉 ケチャップ トマトピューレ トマト水煮 塩	◎ドレッシング和え キャベツ 粒コーン レモン 油 酢 塩 砂糖			◎もちもちチーズパン 白玉粉 塩 ビサ'用チーズ' 油	◎牛乳 牛乳	◎レーズン レーズン ◎牛乳 牛乳
5 (金)	◎肉豆腐 牛肉 豆腐 玉ねぎ しめじ 人参 グリーンピース 砂糖 醤油 みりん だし汁	◎ブロッコリーの胡麻和え ブロッコリー 人参 白ごま 醤油	◎ごはん 精白米	◎おかかおにぎり 精白米 カツオパック 醤油	◎牛乳 牛乳	◎カリカリトースト 食パン ◎牛乳 牛乳	
6 (土)	◎チャンポンうどん 乾麺 豚もも肉 人参 キャベツ もやし 油 ニラ 薄口醤油 醤油 みりん	◎酢の物 糸わかめ きゅうり 塩 ちりめんじゃこ 酢 砂糖 塩			◎和風ラスク 食パン バター あおりの粉 白ごま	◎牛乳 牛乳	◎乾パン 乾パン ◎牛乳 牛乳
8 (月)	◎鶏肉のみそ焼き 鶏もも肉 みそ 醤油 酒 ごま油	◎はるさめソテー はるさめ 人参 レタス 粒コーン 油 みりん 砂糖 醤油 塩	◎ふのすまし汁 ふ えのき茸 青菜 薄口醤油 みりん だし汁	◎ごはん 精白米	◎フレンチポテト フレンチポテト 塩 あおりの粉	◎牛乳 牛乳	◎レーズン レーズン ◎牛乳 牛乳
9 (火)	◎カレーライス 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 グリーンピース 油 純カレー粉 だし汁 リンゴ 醤油	◎人参サラダ 人参 グリーンアスパラ ちりめんじゃこ トマト水煮 上新粉 酢 醤油			◎莓ジャムパン ロールパン いちごジャム	◎牛乳 牛乳	◎胡瓜 きゅうり ◎プロセスチーズ プロセスチーズ
10 (水)	◎ミートソーススパゲティ スパゲティ 油 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 グリーンピース 油 トマト水煮 ケチャップ	◎キャベツのコーン和え キャベツ 人参 粒コーン 醤油 砂糖			◎梅干しおにぎり 精白米 梅干し 酒	◎牛乳 牛乳	◎フレンチポテト フレンチポテト ◎牛乳 牛乳
11 (木)	◎豆腐ハンバーグ 水切豆腐 豚ミンチ 人参 玉ねぎ パン粉 塩 醤油	◎蓮根とじゃこのきんぴら れんこん ふ なめこ 人参 ごぼう ちりめんじゃこ 油 醤油 みりん 砂糖	◎ふのみそ汁 ふ なめこ 青菜 みそ だし汁	◎ごはん 精白米	◎バターケーキ 小麦粉 べーキングパウダー バター 砂糖 たまご レーズン リンゴ	◎牛乳 牛乳	◎乾パン 乾パン ◎牛乳 牛乳
12 (金)	◎白身魚フライ 白身魚 醤油 みりん 土生姜 小麦粉 白ごま パン粉 揚げ油	◎じゃが芋の酢の物 じゃが芋 きゅうり 人参 塩 酢 砂糖 薄口醤油	◎豆腐のみそ汁 豆腐 青菜 みそ だし汁	◎ごはん 精白米	◎マカロニのあべ川 マカロニ きな粉 砂糖 塩	◎牛乳 牛乳	◎カリカリトースト 食パン ◎牛乳 牛乳
13 (土)	◎焼き飯 豚ミンチ 人参 玉ねぎ じーマン 精白米 塩 醤油 油	◎紅白煮 じゃが芋 人参 だし汁 砂糖 醤油 油	◎みそ汁 えのき茸 糸わかめ 青ねぎ みそ だし汁		◎フレンチポテト フレンチポテト 塩 あおりの粉	◎牛乳 牛乳	◎ちりめんじゃこ ちりめんじゃこ ◎牛乳 牛乳
15 (月)	◎豚肉甘辛炒め 豚もも肉 玉ねぎ しめじ 青ねぎ 白ごま みそ 醤油 ケチャップ みりん 酒	◎キャベツの煮びたし キャベツ じゃが芋 みりん 醤油 だし汁	◎なめこのみそ汁 なめこ じゃが芋 青ねぎ みそ だし汁	◎ごはん 精白米	◎さつまいももち さつまいも かたくり粉 上新粉 塩 砂糖	◎牛乳 牛乳	◎乾パン 乾パン ◎牛乳 牛乳

日付	昼 食				3時のおやつ		10時のおやつ
16 (火)	◎マーメイド焼き 鶏もも肉 塩 醤油 オレシママレード	◎海藻サラダ 糸わかめ きゅうり 塩 ちりめんじゃこ 酢 醤油 砂糖 ごま油	◎きのこスープ えのき茸 しめじ 薄口醤油 酒 塩 だし汁	◎ロールパン (脚不使用) ロールパン	◎かやくおにぎり 精白米 油あげ ごぼう 人参 薄口醤油 酒 塩	◎牛乳 牛乳	◎レーズン レーズン ◎牛乳 牛乳
17 (水)	◎鯖のみそ煮 サバ 土生姜 みそ 八丁みそ 酒 砂糖 醤油 だし汁	◎白菜サラダ 白菜 カツオパック 醤油 砂糖 マヨネーズ 白ごま	◎若竹汁 たけのこ 糸わかめ 薄口醤油 酒 だし汁	◎ごはん 精白米	◎ひじきのおやき 精白米 ひじき 人参 醤油 砂糖 油	◎牛乳 牛乳	◎粒コーン 粒コーン ◎牛乳 牛乳
18 (木)	◎ビビンバ 鶏もも肉 人参 きゅうり 塩 ごま油 たまご 油 白ごま 砂糖 醤油	◎キャベツの磯和え キャベツ 人参 焼きのり 醤油	◎豆腐のすまし汁 豆腐 ほうれん草 薄口醤油 みりん だし汁		◎ツナカナッペ 食パン ツナ マヨネーズ	◎牛乳 牛乳	◎ちりめんじゃこ ちりめんじゃこ ◎牛乳 牛乳
19 (金)	◎豚カツ (ソース付) 豚1口カツ用 塩 小麦粉 パン粉 揚げ油 とんかつソース ケチャップ みりん	◎はるさめの酢の物 はるさめ きゅうり 塩 人参 糸わかめ ちりめんじゃこ 酢 砂糖 塩	◎しめじのみそ汁 しめじ 糸わかめ 青ねぎ みそ だし汁	◎ごはん 精白米	◎きな粉クッキー 小麦粉 ベーキングパウダー きな粉 バター 砂糖	◎牛乳 牛乳	◎カリカリトースト 食パン ◎牛乳 牛乳
20 (土)	◎肉じゃが 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 三豆 油 砂糖 酒 みりん 醤油 だし汁	◎醤油ドレッシング キャベツ ちりめんじゃこ 油 酢 醤油	◎ごはん 精白米		◎バターラスク 食パン バター	◎牛乳 牛乳	◎乾パン 乾パン ◎牛乳 牛乳
22 (月)	◎いりどり 鶏もも肉皮なし かたくり粉 揚げ油 玉ねぎ 人参 高野豆腐 ピーマン 干し椎茸 たまご みりん	◎シャキシャキサラダ れんこん 三豆 カツオパック 粒コーン 酢 醤油 砂糖	◎ごはん 精白米		◎五平もち 精白米 八丁みそ 白ごま 砂糖 みりん	◎牛乳 牛乳	◎フレンチポテト フレンチポテト ◎牛乳 牛乳
23 (火)	◎豆腐のケチャップ煮 豆腐 チンゲン菜 むきエビ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 豚ミンチ 土生姜 砂糖 トマト水煮	◎アスパラサラダ クリンアスパラ 人参 塩 ツナ マヨネーズ 醤油	◎ごはん 精白米		◎焼き芋 さつまい芋	◎牛乳 牛乳	◎ちりめんじゃこ ちりめんじゃこ ◎牛乳 牛乳
24 (水)	◎鮭の塩焼き トラウト 塩	◎ナムル ほうれん草 人参 もやし 油あげ 砂糖 塩 醤油 酢 ごま油 土生姜	◎わかめのみそ汁 玉ねぎ 糸わかめ みそ だし汁	◎ごはん 精白米	◎ビーフナポリタン ビーフン 豚もも肉 ピーマン 玉ねぎ 油 塩 ケチャップ	◎牛乳 牛乳	◎レーズン レーズン ◎牛乳 牛乳
25 (木)	◎ごまだれソテー 豚生姜焼き用 たけのこ水煮 玉ねぎ 人参 醤油 酒 ごま油 オリーブオイル 土生姜	◎千切り大根のじゃこ和え ちりめんじゃこ 千切り大根 小松菜 人参 白ごま だし汁 砂糖 みりん 薄口醤油 油	◎キャベツのみそ汁 キャベツ 油あげ みそ だし汁	◎ごはん 精白米	◎ブラウニー 小麦粉 ベーキングパウダー 純ココア たまご バター グラニュー糖 塩 粉砂糖	◎牛乳 牛乳	◎粒コーン 粒コーン ◎牛乳 牛乳
26 (金)	◎五目寿司 (胡瓜) 高野豆腐 人参 干し椎茸 ちりめんじゃこ ゆば きゅうり 薄口醤油 みりん 砂糖 きざみ焼きのり	◎金時豆煮 金時豆 砂糖 醤油	◎わかめのみそ汁 糸わかめ えのき茸 ほうれん草 薄口醤油 みりん だし汁		◎お好み焼き 小麦粉 キャベツ 豚もも肉 たまご とんかつソース あおのり粉 油	◎牛乳 牛乳	◎フレンチポテト フレンチポテト ◎牛乳 牛乳
27 (土)	◎筑前煮 鶏もも肉 じゃが芋 ごぼう 人参 高野豆腐 三豆 干し椎茸 油 砂糖 酒	◎キャベツのおかか和え キャベツ ちりめんじゃこ カツオパック 醤油	◎ごはん 精白米		◎きな粉ラスク 食パン きな粉 バター 砂糖	◎牛乳 牛乳	◎乾パン 乾パン ◎牛乳 牛乳
30 (火)	◎和風醤油スバゲティ スバゲティ 油 ツナ 青菜 玉ねぎ しめじ にんにく オリーブ油 醤油 塩	◎ドレッシング和え キャベツ 粒コーン レモン 油 酢 塩 砂糖			◎じゃこおにぎり 精白米 ちりめんじゃこ 焼きのり	◎牛乳 牛乳	◎レーズン レーズン ◎牛乳 牛乳