

4月の予定献立表

※食材の調達状況等により献立を変更させていただく場合があります。
※()は麺類、ソフト、ミキサー食のメニューとなります。



4月の行事食

- 4月1日 開所記念御膳
- 4月5日 花まつり
- 4月10日 山梨県郷土(ご当地)料理
- 4月30日 リクエスト給食(八宝菜)



	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)		
朝	なすのそぼろあんかけ 白菜の浅漬け風 牛乳 ふりかけ(梅しそ) 味噌汁(わかめ・なめこ) 米飯(150g)	納豆 ウインナーソーテ 牛乳 味噌汁(にら・玉ねぎ) 米飯(150g)	炒り豆腐 かぶの塩昆布和え 牛乳 ふりかけ(さけ) 味噌汁(わかめ・ネギ) 米飯(150g)	小町麩チャンプル 和風大根サラダ 牛乳 味噌汁(じゃが芋・タマネギ) ふりかけ(のりたま) 米飯(150g)	シューマイ もやしの高菜和え 牛乳 ふりかけ(かつお) 味噌汁(油揚げ・ホウレンソウ) 帆立粥		
昼	天ぷら盛り合わせ 高野豆腐の含め煮 菜の花のしらす和え 茶碗蒸し フルーツ(いちご) お吸い物(麩・かいわれ) 栗入り赤飯(150g)	キーマカレー 福神漬・らっきょう漬 ツナサラダ コンソメスープ(アスパラ・コーン)	カラスカレイの大葉味噌焼 竹輪とさつま芋の炒め物 胡瓜とカニカマの酢の物 清汁(三つ葉・椎茸) 米飯(150g)	ブラウンシチュー 菜の花と豆腐のチーズサラダ 青りんごゼリー クワッサン	鯖の菜種焼き 春野菜のかき揚げ 菜の花の辛子和え 清汁(麩・ふき) さくらご飯(150g)		
間	ねりきり	サラダせんべい	クレープ	吹雪まんじゅう	ヨーグルトパバロア		
夕	鯖の塩焼き ひじきと大豆の煮付け フルーツ(マンゴー缶) おかかご飯(150g)	蒸し豚の酢味噌がけ 金平ごぼう フルーツ(洋梨缶) 米飯(150g)	イタリアンチキンステーキ コンビーフとキャベツのソテー りんごのコンポート 米飯(150g)	赤魚のプロッコリーソース 野菜のトマト煮 フルーツ(みかん缶) 米飯(150g)	鶏の照焼き 卵の花炒め ほうれん草の和風和え 米飯(150g)		
6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	
朝	ベーコンとキャベツのソテー フルーツ(白桃缶) 牛乳 コンソメスープ りんごパン	肉団子の煮物 小松菜と油揚げのお浸し 牛乳 たいみそ 味噌汁(わかめ・しいたけ) 米飯(150g)	魚肉ソーセージソテー 京風たまご焼き 牛乳 ふりかけ(さけ) 味噌汁(玉葱・さつま芋) 米飯(150g)	生揚げとえびの中華煮 もやしのナムル 牛乳 ふりかけ(のりたま) 味噌汁(冬瓜・小松菜) 米飯(150g)	豚バラ大根 ほうれん草とカニカマのおかか和 牛乳 ふりかけ(梅しそ) 味噌汁(いんげん・油揚げ) 米飯(150g)	春雨ソテー さつま芋サラダ 牛乳 ふりかけ(かつお) 味噌汁(なめこ・ネギ) 米飯(150g)	肉豆腐 ナスとしめじのおかか和え 牛乳 のり佃煮 味噌汁(ホウレン草・玉葱) 米飯(150g)
昼	豚肉のスタミナ炒め 南瓜の甘煮 大根のそぼろあんかけ プロッコリーのサラダ 味噌汁(卵・みつば) 米飯(150g)	野菜タンメン (野菜炒め) 春巻き 杏仁豆腐 ※麺類はご飯・汁付き	鯖の塩こうじ焼き 大根と人参の中華煮 手根とま豆腐 味噌汁(えのき・大根葉) いなり風御飯(150g)	ハヤシライス トマトとプロッコリーのサラダ スープ(アスパラ・しめじ)	ほうとう風うどん (鶏の味噌煮込み) せいたのたまじ(じゃが芋の煮っころがし) ピーチゼリー ※麺類はご飯・汁付き	赤魚のゆず胡椒唐揚げ 肉団子と蓮根の煮物 かまぼとみつばの和風和え 清汁(花麩・ワカメ) 米飯(150g)	鶏肉のマーメレード焼き きのこソテー フルーツ(白桃缶) コンソメスープ(冬瓜・水菜) コーンご飯(150g)
間	人形焼き	チョコバウム	オレンジゼリー	おかき	紅茶ケーキ	あんどうナツ	
夕	タラのタルタル焼き 大根のそぼろあんかけ 味噌汁(なす・玉ねぎ) 米飯(150g)	ブリの竜田焼き 春菊のポン酢和え フルーツ(バナナ) 米飯(150g)	鶏肉の青のり焼き ビーフソテー フルーツ(みかん缶) 米飯(150g)	メヌケの香味ソースかけ ちくわと白菜の煮物 フルーツ(洋梨缶) 米飯(150g)	さばの照り焼き 炒り豆腐 フルーツ(黄桃) 米飯(150g)	チキンのマスタード焼き 白滝と野菜の炒めもの フルーツ(オレンジ) 米飯(150g)	コロッケ 金平ごぼう 白菜サラダ 米飯(150g)
13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	
朝	ラタトゥイユ フルーツ(マンゴー) 牛乳 コンソメスープ(玉葱・アスパラ) 食パン	がんもの煮付け とろろ芋 牛乳 味噌汁(ほうれん草・板麩) 麦飯	ベーコンソテー 菜の花のおかか和え 牛乳 ふりかけ(たらこ) 味噌汁(ネギ・ワカメ) 米飯(150g)	白菜と高菜の中華炒め きやべつ浅漬け風 牛乳 明太風味ソース 味噌汁(玉葱・ほうれん草) 米飯(150g)	スクランブルエッグ ほうれん草の白和え 牛乳 ふりかけ(うめしそ) 味噌汁(白玉麩・ねぎ) 米飯(150g)	和風麻婆豆腐 ひじきのサラダ 牛乳 ふりかけ(かつお) 味噌汁(にら・卵) 米飯(150g)	えび団子の野菜あんかけ 白菜となめたけ和え 牛乳 たいみそ 味噌汁(冬瓜・葱) 米飯(150g)
昼	ポークソテー(ナスソース) さつま揚げのさっぱり炒め ポテトサラダ 味噌汁(しいたけ・大根) 米飯(150g)	鶏肉の甘酢あんかけ 大根のゆずみそ 胡瓜とカニカマの酢の物 味噌汁(油揚げ・にら) 米飯(150g)	春キャベツとたけのこのスパゲティ (豚肉とキャベツのニンニク炒め) かぼちゃサラダ パニッパバロア コンソメスープ(コーン・小松菜) ※麺類はご飯付き	筑前煮 もやしの柚子胡椒炒め 茄子の胡麻和え かきたま汁 米飯(150g)	鶏の唐揚げ ごぼうの炒り煮 海藻サラダ 味噌汁(小松菜・なめこ) 米飯(150g)	鯖のカレークリーム煮 かぶとインゲンのソテー カニカマサラダ コンソメスープ(ベーコン・コーン) 米飯(150g)	五目炒飯 春雨のナムル 杏仁豆腐 中華スープ(椎茸・アスパラ)
間	手作りプリン	せんべい(ぼたぼた焼き)	リングドーナツ	ぶどうゼリー	ミルククリームせんべい	厚切りバウム	
夕	鮭のごまみそ焼き 里芋の煮物 清汁(板麩・水菜) 米飯(150g)	鯖の西京焼き 切り昆布の煮付け フルーツ(みかん缶) 米飯(150g)	豚肉の生姜焼き プロッコリーのソテー フルーツ(黄桃缶) 米飯(150g)	鯖の蒲焼き 五目煮豆 洋梨のコンポート 米飯(150g)	赤魚の塩こうじ焼き 鶏団子と人参の旨煮 フルーツ(ぶどう缶) 米飯(150g)	鶏肉のトマトソース ポテトサラダ フルーツ(バナナ) 米飯(150g)	ぶりの照り焼き 切干大根 清汁(とろろ昆布・かいわれ) 米飯(150g)
20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)	
朝	ウインナーエッグ ほうれん草としめじのサラダ 牛乳 コンソメスープ クリームパン	いわしの生姜煮 キャベツとさつま揚げの和え物 牛乳 味噌汁(なす・タマネギ) 米飯(150g)	目玉焼き しらすおろし 牛乳 味噌汁(油揚げ・わかめ) 米飯(150g)	車麩の卵とじ もやしの塩昆布和え 牛乳 ふりかけ(梅しそ) 味噌汁(大根・椎茸) 米飯(150g)	納豆 さつま揚げの炒め物 牛乳 味噌汁(麩・絹さや) 米飯(150g)	鶏肉と切干大根の煮物 ほうれん草のなめたけ和え 牛乳 ふりかけ(のりたま) 味噌汁(とろろ昆布・いんげん) 米飯(150g)	魚肉ソーセージカレー炒め 胡瓜の胡麻酢和え 牛乳 ねぎみそ 味噌汁(チンゲン菜・えのき) 米飯(150g)
昼	春野菜チャンプル かにシューマイ モロヘイヤの梅和え 味噌汁(小町麩・ネギ) アサリの炊きこみ御飯(150g)	鯖の味噌煮 がんもの煮付け ひじきのサラダ 味噌汁(ほうれん草・花麩) 米飯(150g)	焼きうどん (野菜炒め) れんこんのホタテ和え いちごゼリー 味噌汁(ほうれん草・葱) ※麺類はご飯付き	たららのムニエル 冬瓜とウインナー・コンソメ煮 キャベツとカニカマのマヨ和え 野菜スープ 米飯(150g)	鯖の蒲焼き かぶの旨煮 蒲鉾とわかめのぬた和え 清汁(卵・かいわれ) 米飯(150g)	シーフードカレー 福神漬・らっきょう漬 トマトサラダ 野菜スープ(スナップエンドウ・コーン) 米飯(150g)	豆腐ハンバーグ さつま芋のバターソテー フルーツ(白桃缶) 味噌汁(ホウレン草・玉葱) たらこご飯
間	手作りプリン	ミニたい焼き	ヨーグルトケーキ	水ようかん	黒糖饅頭	人形焼き	
夕	たららの野菜あんかけ 豚肉と青梗菜の旨煮 りんごのコンポート 米飯(150g)	ささみチーズカツ 白菜とベーコンの中華煮 フルーツヨーグルト 米飯(150g)	メヌケのごま味噌焼き じゃが芋とスナップエンドウのそぼろ煮 フルーツ(みかん缶) 米飯(150g)	鶏肉の照り焼き 切り昆布の煮物 洋梨のコンポート 米飯(150g)	蒸し野菜のそぼろあんかけ ビーフソテー りんごのコンポート 米飯(150g)	赤魚のプロッコリーソース 野菜炒め フルーツ(黄桃缶) 米飯(150g)	タラの田楽焼き 茄子としめじの生姜炒め もやしの高菜和え 米飯(150g)
27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)	【4月の平均栄養価】 エネルギー 1,450Kcal たんぱく質 53.9g 脂質 41.1g 炭水化物 226.2g 食塩相当量 7.0g			
朝	ハムと野菜の炒め物 フルーツ(みかん缶) 牛乳 クラムチャウダー ロールパン	豆腐チャンプル もやしの中華和え 牛乳 ふりかけ(かつお) 味噌汁(玉葱・ほうれん草) 米飯(150g)	つくねのちゃんこ風 白菜のおかか和え 牛乳 ふりかけ(さけ) 味噌汁(しめじ・菜の花) 米飯(150g)				茄子の生姜炒め 菜の花のお浸し 牛乳 ふりかけ(たらこ) 味噌汁(大根・大根葉) 米飯(150g)
昼	鯖の西京焼き 人参しりしり 白菜の塩昆布和え 味噌汁(なす・なめこ) 米飯(150g)	グラタン風 あおのりポテトビーンズ 春雨サラダ コンソメスープ(しめじ・チンゲン菜) ロールパン	ほっけの塩焼き 小松菜の胡麻和え ヨーグルト 清汁(えのき・板麩) 生姜と塩昆布のご飯				八宝菜 水餃子 いちごパバロア 中華スープ(ネギ・ゴホウ) 米飯(150g)
間	おかき	ロールケーキ	ココアプリン	マドレーヌ			
夕	鶏肉のみぞれ煮 さつま揚げの炒めもの 味噌汁(春菊・ふ) 米飯(150g)	白身魚フライ キノコとウインナーソテー フルーツ(オレンジ) 米飯(150g)	豚ひき肉のチーズ玉子焼き 大根田楽 フルーツ(白桃缶) 米飯(150g)	鯖の粒マスタード焼き プロッコリーのソテー フルーツ(マンゴー) 米飯(150g)			