

4月分のきゅうしょくこんだてひょう(4月9日～30日)					日 ・ よう	パン・ ごはん  き	こんだてのなまえ	おかずのざいりょう			
日 ・ よう	パン・ ごはん  き	こんだてのなまえ	おかずのざいりょう					き	あか	みどり	
			き	あか				みどり	エネルギーになる	からだをつくる	からだのちょうしをととのえる
9 ・ 水	 	・カレースープスパゲッティ ・かぼちゃのマリネやき ・ミニフィッシュ ・いちごジャム	  	  	    	18 ・ 金	 	・ビーフシチュー ・ベーコンとさんどまめのソテー ・みかん(かんづめ) ・バター	   	  	     
10 ・ 木		・けいにくのたつたあげ ・ごもくじる ・キャベツのうめふうみ	  	   	      	21 ・ 月		・やきとり ・みそしる ・もやしのゆずのかあえ	        	      	
22 ・ 火		・じゃがいものオーロラに ・ぶたにくとやさいのにも ・きゅうりのあまずづけ	   	   	      	22 ・ 火		・まぐろのオーロラに ・ぶたにくとやさいのにも ・きゅうりのあまずづけ	   	   	     
23 ・ 水		・じゃがいものミートグラタン ・レタスのスープ ・ソフトくろまめ	   	   	      	23 ・ 水		・ぶたにくのガーリックやき ・スープ ・ツナとキャベツのソテー	 	  	    
24 ・ 木		・カツカレーライス(カツ) ・フルーツゼリー	  	 	     	24 ・ 木		・ビビンバ(にく・やさい) ・トック	   	    	       
25 ・ 金		・マーボー豆腐 ・きゅうりのちゅうかあえ ・ツナとチンゲンサイのいためもの	   	    	       	25 ・ 金		・やきそば ・きゅうりのしょうがづけ ・あまなづかん	   	      	
28 ・ 月		・にこみハンバーグ ・コーンスープ ・まめこんぶ		 	      	28 ・ 月		・けいにくとじゃがいものにも ・あつあげのしょうゆだれかけ ・べにざけそばろ	       	       	
30 ・ 水		・ぶたにくのしょうがやき ・とうふのみそしる ・じゃこピーマン	 	      	      	30 ・ 水		・きんぴらちらし(きざみのり) ・ごもくじる ・ちまき	        	      	