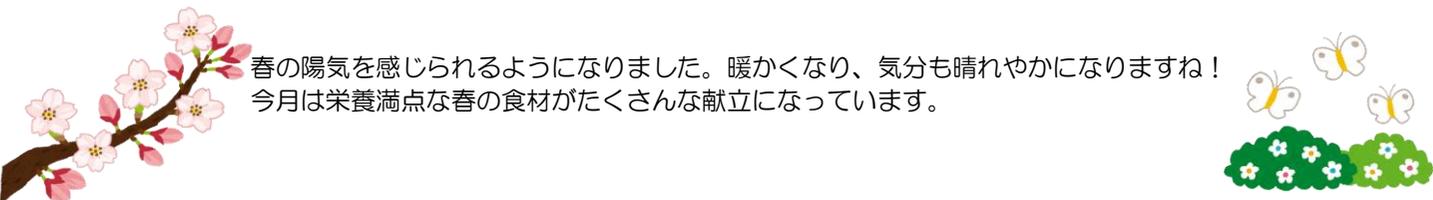


4月の献立表

日	月	火	水	木	金	土
 <p>春の陽気を感じられるようになりました。暖くなり、気分も晴れやかになりますね！ 今月は栄養満点な春の食材がたくさん献立になっています。</p>						<p>1 ご飯 鱈の梅ソースかけ ほうれん草胡麻和え 茶碗蒸し</p> <p>赤だし いちご</p> <p>桜蒸しパン</p>
<p>2 ご飯 牛玉とじ オクラおろし和え ビーフン炒め</p> <p>味噌汁 オレンジゼリー</p> <p>カットロール</p>	<p>3 赤飯 わかめうどん アスパラカニ和え とり天</p> <p>桃缶</p> <p>シフォンケーキ</p>	<p>4 ご飯 鶏のハーブ焼き キャベツのフレンチサラダ 南瓜ハニーマスター煮</p> <p>コンソメスープ キャラメルムース</p> <p>ゆめパン</p>	<p>5 山菜炊き込みご飯 赤魚煮つけ 小松菜かか和え ひじき炒り煮</p> <p>けんちん汁 メロン</p>  <p>スティックケーキ</p>	<p>6 ビーフカレー</p> <p>盛り合わせサラダ</p> <p>フルーツポンチ</p> <p>ブチクレープ</p>	<p>7 ご飯 鮭の焼き南蛮 春雨サラダ 筑前煮</p> <p>味噌汁 コーヒーゼリー</p> <p>焼きドーナツ</p>	<p>8 ご飯 豚とじゃが芋の塩胡椒炒め 白菜浅漬け はんぺんチーズ</p> <p>味噌汁 ダイスゼリー(マスカット)</p> <p>アーモンドカステラ</p>
<p>9 たけのご飯 ひろす 小松菜五目和え 蓮根と豚こま炒め</p> <p>赤だし あんみつ</p> <p>三角蒸し</p> 	<p>10 ご飯 カレイのバター醤油焼き ポテトサラダ 小松菜煮びたし</p> <p>鶏汁 ココアムース</p> <p>桃山</p>	<p>11 親子ちらし</p> <p>おくら梅えのき和え 豆乳卵蒸し</p> <p>清まし汁 桃とゼリー</p> <p>きんつば</p>	<p>12 高菜ご飯 塩ラーメン 青梗菜中華和え 揚げ春巻き</p> <p>ぶどうゼリー</p> <p>よもぎまん</p>	<p>13 ご飯 鰯照り煮 アスパラ胡麻ドレ和え 豚ときくらげ中華炒め</p> <p>味噌汁 いちご</p> <p>ポエム</p>	<p>14 ご飯 鶏の味噌漬け焼き ｽﾌﾟｯﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 和え 五目玉子焼き</p> <p>清まし汁 洋梨缶</p> <p>酒饅頭</p>	<p>15 ご飯 春キャベツのメンチカツ ごぼうサラダ ピーマンしらす炒め</p> <p>味噌汁 レモンティーゼリー</p> <p>黒糖饅頭</p>
<p>16 ご飯 鯖の塩焼き もやし中華和え 厚揚げ炊き合わせ 手作りふりかけ 豚汁 いちごムース</p> <p>薄皮パン</p>	<p>17 ご飯 チンジャオロース 茄子わさび醤油和え シューマイ</p> <p>味噌汁 みかん缶</p> <p>ロールちゃん</p>	<p>18 コーンご飯 春のかき揚げうどん そら豆の白和え</p> <p>さつま芋ムース</p> <p>カステラ</p>	<p>19 サルババ ④ タップックムタン ナムル チャプチェ</p> <p>ミヨクック クアイル</p>  <p>パウムクーヘン</p>	<p>20 エビフライ巻 稲荷寿司 オクラボン酢和え ミートボール煮</p> <p>赤だし 桜羊羹</p> <p>スイートポテト</p>	<p>21 ご飯 クリームシチュー 盛り合わせサラダ</p> <p>オレンジ</p> <p>薄皮パン</p>	<p>22 ご飯 鰻のかば焼き いんげん黒ごま和え れんこん青のり塩炒め 肉味噌 豆乳汁 ヨーグルトムース</p> <p>デニッシュ</p>
<p>23 ご飯 豚の甘辛炒め キャベツ旨ダレ和え 里芋煮</p> <p>清まし汁 ダイスゼリー (みかん)</p> <p>ミニどら焼き</p>	<p>24 枝豆ピラフ チキンカツ 白菜フレンチサラダ アスパラコンソメ煮</p> <p>コーンスープ 桃缶</p> <p>ゆめパン</p>	<p>25 ご飯 白身魚おろし煮 ピーマン塩昆布和え 豚肉入り卵の花</p> <p>かきたま汁 紅茶ゼリー</p> <p>抹茶饅頭</p>	<p>26 ご飯 焼肉炒め 茄子しそ和え さつま芋オレンジジュース煮</p> <p>チゲスープ みかん缶</p> <p>吹雪饅頭</p>	<p>27 ご飯 豚の角煮 ほうれん草錦糸和え 南瓜ソテー</p> <p>味噌汁 桃ゼリー</p> <p>栗カステラ饅頭</p>	<p>28 麻婆丼</p> <p>青梗菜ザーサイ和え エビ玉チリ</p> <p>中華スープ 杏仁フルーツ</p> <p>よもぎ蒸し</p>	<p>29 春の散らし寿司</p> <p>はりはり漬け れんこんのつくね</p> <p>清まし汁 いちご</p> <p>抹茶今川焼き</p>
<p>30 ご飯 魚パン粉焼 ピーマンツナ和え 茄子のミートソース炒め</p> <p>厚揚げととろろの清まし汁 リンゴゼリー</p> <p>苺スペシャル</p>	<p>昨年度は1年をかけて日本各地の郷土料理やご当地グルメを献立に取り入れ、食文化や食習慣に触れていただきました。そして今年度は日本を飛び出し、新たに【世界のお料理企画】がスタートします！はじめましてのお料理、馴染のある食材ではあるけれど新しい味…など新しい発見や楽しい驚きに繋がれば良いな、と思っています。</p> 					