

月	火	水	木	金
月 ≪4月に使用した地元野菜≫ ・黒大豆 ・大納言小豆 ・米 		11 ごはん・牛乳 イワシのかば焼き うどの酢の物 とうふのみそ汁 	12 小パン・牛乳 スープスパゲティ 黒豆のきなこ豆 ツナサラダ 	13 サケとコーンの酢飯・牛乳 ちくわの磯辺揚げ 小松菜ともやしのごま和え 若竹汁・花見だんご 
	16 ゆかりごはん・牛乳 かやくうどん ハタハタのから揚げ きゅうりのごま酢和え 	17 ごはん・牛乳 とうふの中華煮 蒸ししゅうまい はるさめサラダ 	18 カレーライス・牛乳 (麦ごはん) プレーンオムレツ ほうれん草のアーモンド和え 	19 パン・牛乳 白身魚の香草フライ・ごぼうサラダ 野菜のトマトスープ煮 ジューシーフルーツ 
23 ごはん・牛乳 すき焼き煮 ごまじゃこ 切り干し大根のハリハリ漬け 	24 ごはん・牛乳 とり肉のから揚げ もやしのナムル わかめスープ 	25 ごはん・牛乳 サワラの木の芽みそ たけのこのおかか煮 沢煮椀・いちご 	26 小パン・牛乳 スティックドック 野菜サラダ ポークビーンズ・清見オレンジ 	27 ごはん・牛乳 たまごとじ煮 手作りひじきふりかけ きゅうりの梅酢和え 

