



月

火

水

木

金























4月

《今月の地元野菜》

- ・キャベツ
- ・青ねぎ
- ・たけのこ
- ・黒大豆きなこ
- ・丹波大納言小豆
- ・玄米
- ・丹波篠山産コシヒカリ
(農都のめぐみ米)



	<p>9 ごはん・牛乳 根菜つくね ひじきの炒め煮・なめこのみそ汁 手作り黒豆きなこ蒸しパン</p> 	<p>10 ごはん・牛乳 サバのみそ煮 たけのこのおほか煮 かきたま汁</p> 	<p>11 パン・牛乳 大豆のトマトスープ煮 とり肉のバジルソース ごぼうサラダ・いちごジャム</p> 	<p>12 サケとコーンの酢飯・牛乳 ちくわの磯辺揚げ 小松菜とキャベツのおひたし 若竹汁・花見だんご</p> 
<p>15 カレーライス・牛乳 (玄米入りごはん) チキンウインナー 手作り福神漬け</p> 	<p>16 ゆかりごはん・牛乳 かやくうどん わかめのかき揚げ きゅうりのごま酢和え</p> 	<p>17 そぼろどんぶり・牛乳 (ごはん) (とりそぼろ・いりたまご) 呉汁・いちご</p> 	<p>18 パン・牛乳 ポロニアカツ みかんサラダ レタスのスープ</p> 	<p>19 赤飯・牛乳 ハガツオの照り焼き ほうれん草とキャベツのごま和え ふた汁・さくらゼリー</p> 
				
<p>22 ごはん・牛乳 淡路たまねぎコロッケ 茎わかめ炒め煮 とうふのみそ汁</p> 	<p>23 ごはん・牛乳 しゅうまい チャプチェ わかめスープ・いちご</p> 	<p>24 ごはん・牛乳 炒りとうふ 手作りカツオふりかけ チンゲン菜とキャベツの酢の物</p> 	<p>25 小パン・牛乳 スープスパゲティ 焼きメンチカツ アスパラのサラダ・清見オレンジ</p> 	<p>26 ごはん・牛乳 そぼろ煮 キビナゴカリカリフライ 小松菜ともやしのおひたし</p> 
				
<p>29 昭和の日</p> 	<p>30 ごはん・牛乳 ハンバーグ ポテトサラダ たまねぎのみそ汁</p> 