



4月の献立

※食材の入荷により献立が変更になる場合がございます。

フォーライフ桃郷

	日	月	火	水	木	金	土
昼食 おやつ	🌿栄養ーロメモ🌿 そらまめのふかふかベットの秘密 そらまめを剥くと、ふかふかの白いワタ状のベットに包まれていますね。このふかふかベットの秘密をご紹介します！この白いワタ状のベットは、周りの環境条件の変化に弱い若いそらまめを優しく包み込み、寒さや乾燥からそらまめを守っています。また、若いそらまめの成長に合わせて、豆に栄養を送り込めるように、養分の貯蔵庫としての役割もあります。ふかふかベットの正体は、そらまめの成長に欠かせないものだったのですね。				1 お赤飯 （ごま塩） すまし汁 赤魚のおろし煮 ゆず醤油和え バナナ やわらかおかき （うす塩味） まんじゅう	2 ハヤシライス コンソメスープ オニオン＆ コールスロー 巨峰or黄桃 プリン クッキー	3(明日はイースター) ごはん🥰 みそ汁 和風ロールキャベツ ごぼうサラダ キウイフルーツ 季節の和菓子or水羊羹 『イースターひよこ』 せんべい
	4(イースター)	5	6	7	8	9	10
	ごはん わかめスープ 回鍋肉 カニ風味 スパゲッティサラダ フルーツヨーグルト	ごはん🐝 みそ汁 たらの中華蒸し ごぼうの 鶏そぼろ和え オレンジ	ごはん オニオンスープ スパニッシュオムレツ ヤングコーンのサラダ 巨峰or黄桃	ごはん みそ汁 豚の梅炒め ひじきの煮物 バナナ	ごはん コンソメスープ かじきのミレイユ オニオン＆ コールスロー パイナップル	ごはん みそ汁 山賊焼き ほうれん草の白和え キウイフルーツ	ごはん すまし汁 鯖の味噌煮 ひじきと くわいのサラダ オレンジ
	どら焼き サブレ	いちご蒸しパン サブレ	シュークリーム チョコレート	杏仁豆腐 マドレーヌ	ぶどうゼリー ドーナツ	バウムクーヘン ウエハース	ミルクプリン プチケーキ
	11	12	13	14	15	16	17
ごはん みそ汁 豚肉の生姜焼き おぐらの胡麻和え 果物	ごはん コンソメスープ チキンの トマトソースかけ マカロニと卵のサラダ バナナ	ごはん 中華スープ 八宝菜 ほうれん草の胡麻和え パイナップル	スパゲッティ・ ボロネーゼ オニオンスープ ヤングコーンの サラダ 巨峰or黄桃	ごはん コンソメスープ シーフードカレー （福神漬） Катテージチーズの サラダ キウイフルーツ	ごはん🍎 すまし汁 鯖の塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 オレンジ	ごはん 中華スープ チンジャオロース 春雨サラダ パイナップル	
ココアムース クッキー おやつアラカルト	ココアムース クッキー	カステラ🐑 せんべい	南瓜プリン チョコレート	抹茶蒸しケーキ あんドーナツ	コーヒーゼリー ブッセ	ショコラロールケーキ ウエハース	
18	19	20	21	22	23	24	
ごはん スープ 麻婆茄子 小松菜のきのこ和え 果物	オムライス コンソメスープ 温サラダ 巨峰or黄桃	ごはん みそ汁 鶏肉の唐揚げ オニオン＆ コールスロー バナナ	ごはん トマトと卵のスープ タラの中華あんかけ ひじきと くわいのサラダ キウイフルーツ	ごはん 中華スープ🌸 芙蓉蟹🌸 蒸し鶏のサラダ オレンジ	ごはん みそ汁 赤魚のとろろ蒸し がんもの含め煮 パイナップル	やしそば 中華スープ おぐらの胡麻和え 巨峰or黄桃	
マスケットゼリー	たいやき せんべい	いちごミルクプリン バウムクーヘン	おから入り チョコマーブルケーキ サブレ	ヨーグルトババロア マドレーヌ	やわらかおかき （きな粉味） まんじゅう	ライチゼリー スイートポテト	
25	26	27	28	29(昭和の日)	30	🌱🐱	
ごはん すまし汁 鮭の ちゃんちゃん焼き 高野豆腐の煮物 果物	ごはん コンソメスープ キーマカレー シーザーサラダ ジョアorヨーグルト	ごはん みそ汁 ぶり大根 ほうれん草のお浸し キウイフルーツ	ミルクパン コンソメスープ 煮込ハンバーグ マカロニと卵のサラダ バナナ	ごはん すまし汁 鶏肉の旨煮 千草和え パイナップル	ごはん みそ汁 豚肉の七味醤油ソテー 春菊のごま和え オレンジ		
おやつアラカルト クッキー	プチケーキ クッキー	あんドーナツ おかき	あずきプリン 甘納豆	ピーチゼリー クリームコンフェ	芋ようかん せんべい		