



親こっ子プラス 4月の献立表

日	曜日	ランチ	食材
1	月	ごぼうと牛肉のきんぴら煮・揚げ出し豆腐・味噌汁・ご飯・果物	牛肉・ごぼう・白滝・人参・豆腐・片栗粉・大根・果物
2	火	焼きピーマン・薩摩芋の餡がらめ・豆腐とねぎのスープ・ご飯・果物	ピーマン・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・キャベツ・薩摩芋・豆腐・長ねぎ・果物
3	水	えびカツ・ホウレンソウのなめ茸和え・トマトシロップ・味噌汁・果物	海老・はんぺん・玉ねぎ・ホウレンソウ・なめ茸・トマト・キャベツ・果物
4	木	ロールキャベツ・サラダナポリタン・ご飯・フルーツゼリー	キャベツ・挽肉・玉ねぎ・ベーコン・パスタ・ピーマン・ゼラチン・ジュース・果物
5	金	お楽しみメニュー♪(パン)	+.*ルン♪d(d'▽')(▽`b)blん♪+.*
8	月	ふんわり鶏がんも・さつまいもの甘煮・味噌汁・ご飯・フルーツヨーグルト	鶏ひき肉・豆腐・ひじき・にんじん・さつまいも・ご飯・果物
9	火	回鍋肉・春雨サラダ・お味噌汁・ご飯・果物	豚肉・人参・キャベツ・コーン・春雨・きゅうり・ハム・果物
10	水	白身魚の甘口チリソース・青梗菜のソテー・豆腐スープ・ご飯・果物	白身魚・玉ねぎ・青梗菜・ハム・豆腐・果物
11	木	鶏のから揚げ・フルーツサラダ・ご飯・コーンスープ	鶏肉・生姜・ヨーグルト・果物・コーン・牛乳・パセリ・調味料
12	金	お楽しみメニュー♪(麺)	+.*ルン♪d(d'▽')(▽`b)blん♪+.*
15	月	トンテキ・大根サラダ・お味噌汁・ご飯・果物	豚肉・しょうが・玉ねぎ・大根・かに風味かまぼこ・きゅうり・果物
16	火	プルコギ・キャベツの甘酢漬け・ご飯・味噌汁・果物	牛こま肉・人参・もやし・えのき・青ネギ・キャベツ・ジャガイモ・大根・果物
17	水	鱈と白菜のクリーム煮・スナップエンドウとキャベツの卵とじ・味噌汁・ご飯・果物	鱈・白菜・人参・牛乳・バター・スナップエンドウ・キャベツ・卵・果物
18	木	チーズハンバーグ・スパゲティサラダ・コンソメスープ・ご飯・果物	合いびき肉・玉ねぎ・卵・とろけるチーズ・スパゲティ・ハム・きゅうり・コーン・果物
19	金	お楽しみメニュー♪(パン)	+.*ルン♪d(d'▽')(▽`b)blん♪+.*
22	月	豆腐のハンバーグ・きんぴらごぼう・ご飯・お味噌汁・果物	豆腐・豚挽肉・シメジ・生姜・人参・ごぼう・ご飯・わかめ・ネギ・えのき・果物
23	火	八宝菜・お芋の煮ころがし・スープ・ご飯・果物	豚肉・バター・白菜・人参・タケノコ水煮・しいたけ・ジャガイモ・玉ねぎ・ご飯・果物・調味料
24	水	鰻フライ・コールスローサラダ・きんぴらごぼう・味噌汁・ご飯・果物	鰻・キャベツ・ハム・コーン・ごぼう・人参・ちくわ・果物
25	木	ハヤシライス・キュウリとカブとツナのサラダ・卵スープ・果物	豚ひき肉・キュウリ・大根・ツナ・卵・しめじ・えのき・果物
26	金	お楽しみメニュー♪(麺)	+.*ルン♪d(d'▽')(▽`b)blん♪+.*
30	月	肉じゃが・厚揚げのチーズ焼き・味噌汁・ご飯・野菜ゼリー	豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・厚揚げ・チーズ・野菜ジュース・寒天
31	水	鰻フライ・スパゲティサラダ・きんぴらごぼう・お味噌汁・ご飯・果物	鰻・スパゲティ・ハム・コーン・ツナ・ごぼう・人参・ちくわ・果物

※金曜日は麺・パン食になりますのでご飯は要りません。(月～木曜日はご飯持参です。)

なお、ご飯はタッパーではなくラップに包んで記名の上ご持参下さい。

※平日から土日祝日に予約が変更になった場合の返金はございません。