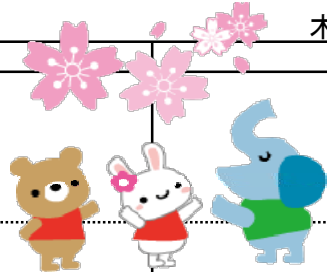


給食メニュー 2022年4月

西宮こもれびキンダーガーデン

月	火	水	木	金	土
				2022. 04. 01	2022. 04. 02
				ごはん 味噌汁 (もずく・えのき) 魚チャンチャン焼き 大豆の醤油炒め いかなごのくぎ煮 スイートポテト 果物	カレーライス ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ぼん煎餅 ちりめんじゃこ
2022. 04. 04	2022. 04. 05	2022. 04. 06	2022. 04. 07	2022. 04. 08	2022. 04. 09
ごはん 味噌汁 (玉ねぎ・あおさ) 魚の塩麹トマトソース 人参胡麻サラダ しらす海苔納豆 ぶどうゼリー 玄米ぼん煎餅	ごはん 味噌汁 (じゃが芋・キャベツ) 豆腐の豚肉巻き ほうれん草の胡麻和え もずくときゅうりの酢の物 よもぎ米粉クッキー レーズン	ごはん 味噌汁 (豆腐・わかめ) 魚の煮つけ 蒸し豆じゃこ和え しらす 人参おからケーキ	赤しそふりかけごはん 味噌汁 (ほうれん草・しめじ・ごま) 鶏のカレー醤油煮 ブロッコリーと人参のごま和え トマトきゅうり塩麹サラダ みかんヨーグルト 玄米おかき	ごはん 味噌汁 (わかめ・玉ねぎ) 鮭のソテー いんげんの塩麹ツナ和え トマトとわかめのサラダ ホーリーのメープルごま絡め ちりめんじゃこ	ごはん 具だくさん豚汁 しらす 牛乳 果物 ヨーグルト
2022. 04. 11	2022. 04. 12	2022. 04. 13	2022. 04. 14	2022. 04. 15	2022. 04. 16
ごはん 味噌汁 (ほうれん草・人参・ごま) 魚のゴマ味噌がけ スナックエンドウ醤油麹添え コーン納豆 焼塩せんべい	梅おかかごはん 新じゃがの豚汁 魚の塩麹焼き アスパラとウィンナーのカレー炒め 果物 きな粉ヨーグルト 果物	ごはん ザワークラウトスープ 豆腐と梅おかかチャップル きんぴらごぼう しらす入り粉ふき芋 寒天人参オレンジゼリー 果物	ごはん 味噌汁 (さつま芋・玉ねぎ・ごま) 魚のしょうが煮 トマトきゅうり塩麹サラダ 果物 ウイ汁とザワークラウト炒め	ごはん 味噌汁 (豆腐・あおさ) 魚の照り焼き かぼちゃとツナの塩煮 ワカメとちくわのきんぴら 米粉バナナケーキ	カレーライス ヨーグルト 牛乳 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ
2022. 04. 18	2022. 04. 19	2022. 04. 20	2022. 04. 21	2022. 04. 22	2022. 04. 23
ごはん 味噌汁 (レタス・人参・豆腐) 魚のソテー味噌ソース ブロッコリー醤油麹胡麻和え キャベツ納豆 サラダチキン スティック野菜	豚とキャベツのオニオンソース煮 味噌汁 (にら・えのき) ひじきの煮物 蒸しカボチャ みかんヨーグルト 玄米おかき	ごはん 鶏ひき肉のにらスープ 魚の味噌煮 新玉ねぎわかめの酢の物 さつま芋の甘煮 豆乳寒天 レーズン	梅おかかごはん 味噌汁 (ブロッコリー・人参・ごま) 大豆ことことトマト ほうれん草おひたし 果物 大学芋 ちくわ	豆乳ドリア 味噌汁 (もずく・豆腐) 豚野菜塩麹炒め 青のり粉ふき芋 *いちごミルク お誕生日ケーキ	ごはん 具だくさん豚汁 しらす 牛乳 果物 ヨーグルト
2022. 04. 25	2022. 04. 26	2022. 04. 27	2022. 04. 28	2022. 04. 29	2022. 04. 30
ごはん 味噌汁 (ほうれん草・玉ねぎ・ごま) 魚の照り焼き 人参と大豆の味噌炒め 果物 水ようかん レーズン	赤しそふりかけごはん 味噌汁 (さつま芋・キャベツ・ごま) ミートローフ きゅうりスティック しらす入りカレー風味粉ふき芋 よもぎ蒸しパン	ごはん 味噌汁 (なす・玉ねぎ) 豆腐と鶏肉味噌煮 ひじきともやしの胡麻和え ミニトマト納豆 バナナヨーグルト 果物	ごはん 味噌汁 (じゃが芋・わかめ) 魚の醤油麹焼き 玉ねぎ人参じゃこ炒め 果物 大豆チーズ焼き ちりめんじゃこ	休園日	カレーライス ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ゴマせんべい ちりめんじゃこ

<今月の予定> 4/8 (金) 食育の日 「わかめ」
園の給食でよく登場する、海藻についてのお話をします
4/22 (金) お料理の日 「いちごミルク」
いちごをつぶして牛乳と一緒に混ぜ、色の変化を楽しみます

給食のお魚について
園のメニューにて「魚」とある場合は、以下のお魚を出しております。白身魚・ブリ・さわら・さば・鮭
これらの魚でアレルギーなど心配がある方は、園まで声をおかけください。