

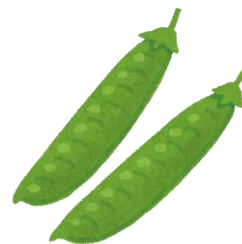
2025年4月 メニュー



* 季節の野菜達 さやえんどう *

・さやえんどうの旬は4~6月・

収穫量日本一は和歌山県。旬を過ぎると、中国からの輸入が増えるという。
関東では薄くて小型のキヌサヤが好まれ、関西では大型のオランダサヤエンドウがよく使われる(さやの長さが17センチにもなる)。



月曜日の配食(夕食)	金曜日の配食(夕食)
	<p>4月4日</p> <ul style="list-style-type: none"> * 塩鯖 * 肉じゃが * マカロニサラダ * 酢のもの * 青菜 * ご飯
<p>4月7日</p> <ul style="list-style-type: none"> * 魚のムニエル * 車麩煮物 * 五目キンピラ(ごぼう、にんじん、大豆、竹輪) * 炒り卵 * 青菜キノコ和え * ご飯 	<p>4月11日</p> <ul style="list-style-type: none"> * 鶏のつくね * 野菜煮もの * スパゲティサラダ * 玉子焼き * 青菜 * ご飯
<p>4月14日</p> <ul style="list-style-type: none"> * 鰯蒲焼き * 五目ひじき(ア油揚げ、人参、ゴボウ、白滝、大豆) * さつまいもとリンゴサラダ(干し葡萄、りんご缶) * 酢のもの(きゅうり、わかめ、しらす) * 青菜 * ご飯 	<p>4月18日</p> <ul style="list-style-type: none"> * 豚肉の生姜焼き * 野菜煮もの * 春雨サラダ * 酢のもの * 小松菜煮びたし(油揚) * ご飯
<p>4月21日</p> <ul style="list-style-type: none"> * 焼き魚 * 野菜煮もの(竹輪、人参、インゲン、蒟蒻) * 切り干し大根煮 * 酢のもの(わかめ、きゅうり、かぶ) * 青菜お浸し * ご飯 	<p>4月25日</p> <ul style="list-style-type: none"> * 春巻き * 中華サラダ(鶏ササミ、きゅうり、ザーサイ) * かぼちゃいとこ煮 * 青菜 * 真砂和え * 筍ご飯
<p>4月28日</p> <ul style="list-style-type: none"> * ミートローフ * 春雨サラダ * ひじきの煮物 * 酢のもの * 青菜 * ご飯 	

* ふれあい給食 赤とんぼ * で検索して下さい。「ボランティア活動の風景・今週のお弁当・・・」がご覧頂けます！

○ 献立は多少の変更があります。

○ 連絡先:「赤とんぼ」代表 沖谷啓子 [TEL/FAX:45-7024](tel:45-7024) 又は [携帯電話 090-2204-7869](tel:090-2204-7869)