



	4/22	4/23	4/24	4/25	4/27
昼食メニュー	麻婆豆腐 中華きゅうり	煮魚 切り干し大根の煮物 なめこのみそ汁	鶏のから揚げ トマト スナップエンドウ キャベツのスープ	親子うどん バナナ	ハンバーグ ブロッコリー コーンスープ
夕食メニュー	揚げ魚のきのこソース ひじきの炒め煮 みそ汁	八宝菜 もやし中華スープ	鮭のホイル焼き ワカメの酢の物 豆腐のすまし汁	ツナと豆腐の揚げ団子 小松菜のナムル ワカメスープ	魚のみそ焼き 切り干し大根サラダ きのこ汁
	4/28	4/30	5/1	5/2	
昼食メニュー	開花煮 麩のみそ汁	魚のたった揚げ トマト 玉ねぎのすまし汁	ごぼうとベーコンの 炒り煮 もずく汁	焼きそば 卵スープ	 
夕食メニュー	牛肉と小松菜の中華風炒め もやしのゴマ酢和え 春雨のスープ	鶏肉のトマト煮 マカロニサラダ 野菜スープ	サーモンのタルタル焼き ひじきのサラダ 豚汁	肉豆腐 小松菜とちくわのごま和え みそ汁	

家庭保育のご協力ありがとうございます。また、休みなしでの仕事の皆さまも本当にお疲れさまです。

朝食、昼食、夕食の三食を毎日考えるのは、大変。そこで、昼食メニューは献立表をベースとして、バランスを考慮した夕食メニューを紹介します。時間をうまく活用しながら、子どもと一緒に調理したり、普段は作らないメニューに挑戦したりしては、いかがでしょうか？

また、鍋や大皿から取り分けるスタイルで取り箸を使わず、各自の箸を使うと、感染リスクが非常に高い唾液のついた箸からウイルスが料理にうつってしまうこともあります、あらかじめ、おかずをそれぞれの小皿に盛って定食風にしてみましょう！

よかったら、参考にされてみて下さいね。