

4月

のこんだて



月	火	水	木	金	土
<p>ふりかけの元祖は熊本発祥！！</p> <p>御飯の友は大正時代、薬剤師の吉丸末吉氏によって考案されました。当時の日本は食糧不足で、中でもカルシウムが不足していました。それを補うために吉丸氏が考えたのが「魚を骨ごと細かくし、美味しく味付けして御飯にかける」という発想でした。そして誕生したのが「御飯の友」です。誕生当初は近所で配る程度のものでしたが、口伝で次第に評判となり百年以上経った今でも魚嫌いな子どもも美味しくカルシウムをとれるふりかけとして、多くの人に愛されています。</p>			<p>1</p>	<p>2</p>	
			<p>さら 皿うどん、おにぎり わふう 和風サラダ シューマイ</p>	<p>オムライス コーンスープ サラダ</p>	
<p>5</p>	<p>6</p>	<p>7</p>	<p>8</p>	<p>9</p>	
<p>むぎごはん 麦御飯、わかめスープ とり 鶏の味噌香り揚げ フレンチサラダ</p>	<p>ごはん 御飯、かき玉汁 にく 肉じゃが う 卵の花サラダ</p>	<p>ハンバーガー、サラダ ブロッコリースープ ゼリー、牛乳</p>	<p>ごはん 御飯、味噌汁 さかな 魚のカレームニエル なす 茄子のそぼろ炒め</p>	<p>たけのご御飯 すまし汁、ヨーグルト チーズハンペンフライ</p>	
<p>1 2</p>	<p>1 3</p>	<p>1 4</p>	<p>1 5</p>	<p>1 6</p>	
<p>キーマカレー ビーンズスープ マカロニサラダ</p>	<p>ごはん 御飯、味噌汁 おからのグラタン ナムル</p>	<p>ごはん 御飯、豆スープ さかな 魚のホイル焼き たまねぎ 玉葱とキャベツのサラダ</p>	<p>チャンポン おにぎり、サラダ くだもの 果物</p>	<p>むぎごはん 麦御飯、すまし汁 てんたま 天玉チキン南蛮 きゅうり 胡瓜の酢のもの</p>	
<p>1 9</p>	<p>2 0</p>	<p>2 1</p>	<p>2 2</p>	<p>2 3</p>	<p>2 4</p>
<p>しんたまねぎ 新玉葱のハヤシライス たまご 玉子スープ にんじん 人参サラダ</p>	<p>ごはん 御飯、だご汁 とうふ 豆腐のふわふわ揚げ オーロラソース和え</p>	<p>たつたあ 竜田揚げサンド ミネストローネ サラダ、ゼリー、ジュース</p>	<p>ごはん 御飯、もやしのスープ さかな 魚の味噌チーズ焼き スパゲティサラダ</p>	<p>さんしょくどん 三色丼、サラダ もずくスープ くず 葛まんじゅう</p>	<p>BBQ (バーベキュー)</p>
<p>2 6</p>	<p>2 7</p>	<p>2 8</p>	<p>昭和の日</p>	<p>3 0</p>	
<p>ごはん 御飯、中華スープ タンドリーチキン ハムサラダ</p>	<p>スパゲティ、パン やさい 野菜スープ ごま 胡麻和え</p>	<p>こぎつねごはん 子狐御飯、すまし汁 ぶどうゼリー ちくわの天ぷら (ゆかり or カレー)</p>		<p>ごはん 御飯、豚汁 さかな 魚の胡麻マヨ焼き しらあ 白和え</p>	