

4月

のこんだて



月	火	水	木	金	土
<p>桜の花の豆知識! 見るだけではなく、桜餅や桜湯などの食用にもされる桜。桜の葉の塩漬は、産毛も少なく柔らかく食べやすい大島桜の若葉が主に使われます。桜の葉独特の甘い香りは、クマリンという香り成分で塩漬にすることで発生し、それに伴って抗菌作用も生まれるのだそうです。花漬は食や香りがよく、形もしっかりしている八重桜が最適とされ特に関山という品種が多く使われています。八分咲きのところを摘み取り加工されます。桜の葉と花を食すのに最適なのは別の品種だったのですね。</p>		<p>1</p> <p>ごはん 御飯、すいとん ごまみそ 胡麻味噌チキン ぜんまいの炒り煮</p>	<p>2</p> <p>ごはん みそしる 御飯、味噌汁 さかな さらさや 魚の更紗焼き すもの 酢の物</p>	<p>3</p> <p>むぎごはん たま 麦御飯、にら玉スープ ポークチャップ フレンチサラダ</p>	
<p>6</p> <p>ちゅうかどん 中華丼、すまし汁 いろど 彩りサラダ くろ 黒ゴマプリン</p>	<p>7</p> <p>ごはん ちゅうか 御飯、中華スープ ぎょかい 魚介ナゲット ゴボウサラダ</p>	<p>8</p> <p>ホットドック、牛乳 ひよこ豆の伊阿ソープ にんじん 人参サラダ、ゼリー</p>	<p>9</p> <p>ごはん だご汁 しろみさかな 白身魚のグラタン ごまあ もやしの胡麻和え</p>	<p>10</p> <p>ラーメン、おにぎり コブサラダ シューマイ</p>	
<p>13</p> <p>おんたま 温玉そぼろ丼 すまし汁 はるやさい 春野菜のコールローサラダ さくらミルクゼリー</p>	<p>14</p> <p>ごはん じゃがいも 御飯、じゃが芋スープ とり ちゅうかふうて や 鶏の中華風照り焼き ハムサラダ</p>	<p>15</p> <p>ごはん すいぎょうざ 御飯、水餃子 さかな りきゅうや 魚の利休焼き スパゲティサラダ</p>	<p>16</p> <p>にく 肉そば、おにぎり コリアンサラダ くだもの 果物</p>	<p>17</p> <p>むぎごはん みそしる 麦御飯、味噌汁 ハンバーグ ナッツサラダ</p>	
<p>20</p> <p>むぎごはん にくだんご 麦御飯、肉団子のスープ おやこに 親子煮 やさしい そくせきづ 野菜の即席漬け</p>	<p>21</p> <p>ごはん みそしる 御飯、味噌汁 オムレツ きなこだんご 黄粉団子</p>	<p>22</p> <p>ごはん けんちん汁 さかな おろし 魚の卸ポン酢かけ タラモサラダ</p>	<p>23</p> <p>ごはん 御飯、すまし汁 チキン南蛮 はるさめ 春雨サラダ</p>	<p>24</p> <p>パン、元汁チャー サラダ あんにんどうふ 杏仁豆腐 ジュース</p>	<p>25</p> <p>バーベキュー</p>
<p>27</p> <p>むぎごはん とうにゅうみそしる 麦御飯、豆乳味噌汁 ぶたにく しょうが や 豚肉の生姜焼き かんこくふう 韓国風マカロニサラダ</p>	<p>28</p> <p>とり 鶏サタ丼 or Eと野菜のかき揚げ丼 みそしる だいがくいも 味噌汁、大学芋 シーザーサラダ</p>	<p>しょうわ ひ 昭和の日</p>	<p>30</p> <p>スパゲティ パン、コーンスープ サラダ</p>	<p><u>イースターとは??</u> イエスキリストが復活したことを記念する日です。そのため、復活祭とも言われています。クリスマスがイエスの生まれた日なのに対し、イースターはイエスの復活という奇跡を果たした日ということで、欧米ではクリスマス以上に重要な日もされています。また、キリストは日曜日に復活したため、イースターは必ず日曜日と決められています。</p>	