



令和2年度 こんだてひょう



年間目標

『正しい生活リズムを身に
つけて楽しく食事をしよう』

8月の目標

『食事はしっかりと食べ
生活のリズムを整える』

	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)
献立	豚肉の生姜焼き ナムル ミニトマト みそ汁 フルーツ	魚の照り焼き ポン酢和え 金時煮豆 すまし汁 フルーツ	厚揚げのみそ炒め トマトサラダ 中華スープ フルーツ	親子丼 ごま和え みそ汁 フルーツ	茄子のピーマンの炒り煮 ゆかり和え パンブキンスープ フルーツ
材料	豚肉、玉ねぎ、人参 キャベツ、胡瓜、油揚げ ねぎ、ミニトマト	魚の切り身、キャベツ 人参、胡瓜、ちくわ 金時豆、玉ねぎ、麩 ねぎ	鶏肉、厚揚げ、玉ねぎ 人参、ピーマン キャベツ、トマト わかめ、胡瓜	鶏肉、卵、人参、玉ねぎ 干し椎茸、ねぎ かまぼこ、オクラ キャベツ、えのき わかめ	豚ひき肉、茄子 ピーマン、人参、玉ねぎ 胡瓜、ベーコン、南瓜 グリーンピース、キャベツ
献立	ミルク餅・牛乳	クラッカーサンド・牛乳	人参ポッキー・牛乳	とうもろこし・牛乳	ホットケーキ・牛乳
献立	山の日	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)
献立	西京焼き 切干大根の和え物 すまし汁 フルーツ	煮魚 酢の物 みそ汁 フルーツ	肉じゃが おかか和え すまし汁 フルーツ	スパゲティナポリタン コンソメスープ フルーツ	大豆煮豆 そうめん汁 フルーツ
材料	魚の切り身、人参、胡瓜 切り干し大根、ハム 玉ねぎ、オクラ、豆腐 ねぎ	魚の切り身、春雨、人参 胡瓜、キャベツ、豆腐 しめじ、ねぎ	豚肉、じゃが芋 糸こんにゃく、玉ねぎ 人参、胡瓜、キャベツ えのき、わかめ、ねぎ 麩	スパゲティ、ワインナー 玉ねぎ、人参 ピーマン、しめじ キャベツ	鶏肉、大豆、こんにゃく 人参、昆布、そうめん 油揚げ、玉ねぎ かまぼこ、ねぎ
献立	魚の塩焼き バンバンジー もやしとニラのスープ フルーツ	ゴージャパンブルー たたき胡瓜 スープ フルーツ	ハンバーグ ドレッシングサラダ みそ汁 フルーツ	カレーライス 即席漬 フルーツ	栄養金平 おかか和え すまし汁 フルーツ
材料	魚の切り身、鶏ささみ 胡瓜、人参、トマト もやし、玉ねぎ、ニラ	豚肉、豆腐、人参 玉ねぎ、ゴーヤ、卵 胡瓜、キャベツ、ねぎ	合挽き肉、玉ねぎ キャベツ、胡瓜 みかん缶、豆腐、茄子 ねぎ	豚肉、玉ねぎ、人参 じゃが芋、キャベツ 胡瓜	鶏肉、大豆、人参 ごぼう、こんにゃく じゃが芋、三度豆 キャベツ、胡瓜、わかめ えのき、ねぎ
献立	カレービーフン スティック野菜 大豆とトマトのスープ フルーツ	擬製豆腐 干草和え すまし汁 フルーツ	チンジャオロース レバーの生姜煮 トマト スープ フルーツ	冷やし中華 じゃが芋と人参の煮物 フルーツ	チキンカツ 添え野菜 みそ汁 フルーツ
材料	豚肉、ビーフン、人参 しめじ、玉ねぎ ピーマン、胡瓜、大豆 トマト、パセリ	鶏ひき肉、豆腐、卵 人参、ひじき、干し椎茸 キャベツ、青菜、ちくわ えのき、わかめ、ねぎ	豚肉、ピーマン、人参 じゃが芋、玉ねぎ 鶏レバー、トマト しめじ、ねぎ	中華麺、鶏ささみ、胡瓜 コーン、トマト じゃが芋、人参、三度豆	鶏肉、人参、キャベツ 胡瓜、玉ねぎ、茄子 ねぎ
献立	カッパケーキ・牛乳	フルーツポンチ・ショア	フライドポテト・牛乳	ワカメご飯のおにぎり・お茶	ジャムサンド・牛乳
献立	31 (月)				
献立					
材料					



暑い日が続いています!!
 今月もトマト・オクラ・ゴーヤ などおいしい夏野菜を使った
 献立にしました。
 野菜をたくさん食べて、体の調子を整えましょう!



6時以降の軽食は、おにぎり・ポールウインナー・果物を食べます。離乳食・除去食など、子ども連一人一人の対応をしています。
 3歳以上のお子様も、主食(ごはん等)は保育園で用意します。火・金曜日は玄米食を食べます。

19日(水)は、クッキング(夏野菜のひとくちピザ)をします。らいおん・きりん・ぱんだぐみさんは、エプロン・三角巾の準備をよろしく願います。

