



令和2年度 こんだてひょう



『正しい生活リズムを身に
つけて楽しく食事をしよう』

年間目標

9月の目標

『好き嫌いせずに
何でも食べる』

9月		1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)
献立		夏野菜オムレツ 鶏レバーの生姜煮 コンソメスープ フルーツ	高野豆腐の麻婆 香りとえ 中華スープ フルーツ	かば焼き丼 中華風酢の物 すまし汁 フルーツ	筑前煮 おかか和え みそ汁 フルーツ
材料		鶏ひき肉、卵、玉ねぎ 人参、トマト、ピーマン 鶏レバー、キャベツ えのき、ベーコン	豚ひき肉、高野豆腐 玉ねぎ、人参、ニラ キャベツ、しめじ、ねぎ	魚の切り身、春雨 キャベツ、胡瓜、ハム 人参、玉ねぎ、豆腐 わかめ、ねぎ	鶏肉、人参、こんにゃく ごぼう、れんこん じゃが芋、三度豆 キャベツ、ちやし 玉ねぎ、油揚げ、ねぎ ねりごまトースト・牛乳
おやつ		ミルク餅・牛乳	ドーナツ・牛乳	マカロニのあべかわ・牛乳	ねりごまトースト・牛乳
献立		7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)
献立		豆腐とエビのケチャップ煮 胡瓜スティック 中華スープ フルーツ	五目煮豆 おひたし みそ汁 フルーツ	煮魚 切干大根の和え物 金時煮豆 みそ汁 フルーツ	カレーうどん 甘酢和え フルーツ
材料		豚ひき肉、むぎえび 豆腐、人参、玉ねぎ トマト缶、ねぎ、胡瓜 しめじ、えのき チンゲン菜	鶏肉、大豆、人参 こんにゃく、じゃが芋 昆布、キャベツ、玉ねぎ しめじ、豆腐、ねぎ	魚の切り身、人参、胡瓜 切り干し大根、ハム 金時豆、玉ねぎ じゃが芋、ねぎ	豚肉、うどん、人参 玉ねぎ、じゃが芋、ねぎ キャベツ、胡瓜 パイン缶
おやつ		ワインナー・カレーパン・牛乳	水ようかん・牛乳	バナナマフィン・牛乳	ワカメご飯のおにぎり・お茶
献立		14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)
献立		豚肉の味噌炒め 即席漬 中華スープ フルーツ	魚のマヨ焼き 人参甘煮 ナムル みそ汁 フルーツ	焼きそば 中華スープ フルーツ	炊き込みご飯 ささみフライ ドレッシングサラダ みそ汁 フルーツ
材料		豚肉、筍、干し椎茸 ピーマン、人参 キャベツ、胡瓜、玉ねぎ わかめ	魚の切り身、玉ねぎ 人参、ちやし、胡瓜 豆腐、ねぎ	豚肉、中華麺、玉ねぎ 人参、キャベツ ピーマン、豆腐、えのき しめじ、ねぎ	サバ缶、ごぼう、人参 えのき、鶏ささみ キャベツ、胡瓜、玉ねぎ 豆腐、ねぎ
おやつ		ピザトースト・牛乳	オレンジゼリー・牛乳	フルーツ・りんごジュース	蒸しパン・牛乳
献立		21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)
献立		敬老の日	秋分の日	魚の梅みそ焼き 切り干し大根の煮付け すまし汁 フルーツ	カレーライス サラダ フルーツ
材料				魚の切り身、ひじき 切り干し大根、人参 油揚げ、三度豆 そうめん、玉ねぎ、ねぎ	豚肉、じゃが芋、玉ねぎ 人参、コーン缶 キャベツ、胡瓜
おやつ				フライドポテト・牛乳	フルーツポンチ・ジョア
献立		28 (月)	29 (火)	30 (水)	
献立		鶏の唐揚げ スティック野菜 フライドポテト ミネストローネスープ フルーツ	ハンバーグ トマトソース添え こふき芋 キャベツのスープ フルーツ	八宝菜 胡瓜の香りとえ すまし汁 スープ フルーツ	うどん餃子 胡瓜とコーンの和え物 みそ汁 フルーツ
材料		鶏肉、じゃが芋、胡瓜 人参、ベーコン マカロニ、玉ねぎ 三度豆、トマト	合挽き肉、玉ねぎ、人参 ピーマン、じゃが芋 キャベツ、しめじ パセリ	豚肉、キャベツ、人参 玉ねぎ、ピーマン 干し椎茸、筍、ちくわ 胡瓜、もやし、ねぎ	豚ひき肉、うどん、ねぎ にら、キャベツ、胡瓜 わかめ、玉ねぎ、人参 油揚げ
おやつ		蒸のラスク・牛乳	おはぎ・お茶	ポップコーン・牛乳	りんごジャムのホットケーキ 牛乳

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、子ども達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。

25日(金)は、クッキング(りんごジャムのホットケーキ)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。

