

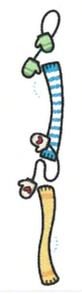
# 令和2年度 こんだてひょう

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』

2月の目標

『苦手なものでも食べようとする』

献立	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	
魚の照り焼き おかが和え みそ汁 フルーツ	魚の切り身、キャバツ 人参、胡瓜、コーン 玉ねぎ、大根、ねぎ	＜節分お楽しみ会＞ 鬼っ子キーマカレ 茹で野菜・めざし コーンスープ フルーツ	擬製豆腐 金時煮豆 ごま和え すまし汁 フルーツ	おでん ごまヨサラダ みそ汁 フルーツ	ささみフライ ナムル さつま芋の素揚げ みそ汁 フルーツ	
材料	鶏の切り身、キャバツ 人参、胡瓜、コーン 玉ねぎ、大根、ねぎ	合挽き肉、人参、玉ねぎ ピーマン、大豆 ウインナー、めざし ブロッコリー、ベーコン じゃが芋、キャバツ	鶏ひき肉、卵、豆腐 ひじき、人参、干し椎茸 金時豆、キャバツ もやし、えのき、わかめ ねぎ	大根、人参、厚揚げ こんにゃく、卵 キャバツ、胡瓜、ささみ 玉ねぎ、ねぎ、麩	鶏ささみ、さつま芋 キャバツ、人参、玉ねぎ もやし、大根、わかめ ねぎ	
おやつ	ミルク餅・牛乳	巻きずし・お茶	恵方ロール・牛乳	クラッカーサンド・牛乳	鬼まんじゅう・牛乳	
献立	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	
豚肉のすき焼き風 のり和え みそ汁 フルーツ	岩石揚げ おひたし すまし汁 フルーツ	卵とじうどん ひじきの煮付け フルーツ	鶏肉、うどん、人参 玉ねぎ、干し椎茸、卵 ねぎ、ひじき、油揚げ	<b>建国記念の日</b> 	魚のカレー煮 切干大根の和え物 みそ汁 フルーツ	
材料	豚肉、焼き豆腐、人参 玉ねぎ、えのき 糸こんにゃく、キャバツ 白菜、ねぎ	大豆、ひじき、さつま芋 人参、ちりめんじゃこ 青菜、しめじ、玉ねぎ えのき、わかめ、ねぎ	鶏肉、じゃが芋 玉ねぎ、人参 グリーンピース、キャバツ 鶏肉、卵、ほうれん草 かまぼこ	ワカメご飯のおにぎり・お茶	魚の切り身、人参 切干大根、キャバツ 胡瓜、ハム、白菜 玉ねぎ、ねぎ	ココアプリン・ショア
おやつ	人参ポックキー・牛乳	お好み焼きパン・牛乳	あんまん・牛乳			
献立	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	
切干大根と牛肉の炒め物 ゆかり和え みそ汁 フルーツ	カレー豆腐 レバーの生姜煮 春雨スープ フルーツ	じゃが芋のそぼろ煮 ゆかり和え 茶わん蒸し フルーツ	ホットドック パセリ キャバツ、ウインナー ブロッコリー、チーズ じゃが芋、ベーコン 玉ねぎ、人参、コーン フルーツ	魚のみそマヨ焼き 野菜ソテー 白菜スープ フルーツ	魚のみそマヨ焼き 野菜ソテー 白菜スープ フルーツ	
材料	牛肉、切干大根、人参 キャバツ、胡瓜、玉ねぎ 大根、えのき	豚ひき肉、豆腐、人参 玉ねぎ、南瓜 グリーンピース、鶏レバー 春雨、キャバツ	鶏ひき肉、じゃが芋 玉ねぎ、人参 グリーンピース、キャバツ 鶏肉、卵、ほうれん草 かまぼこ	ホットドックパン、パセリ キャバツ、ウインナー ブロッコリー、チーズ じゃが芋、ベーコン 玉ねぎ、人参、コーン フルーツ	魚の切り身、玉ねぎ じゃが芋、人参 ピーマン、白菜、わかめ ねぎ	大豆といりこの揚げ煮・牛乳
おやつ	大学芋・牛乳	バナナホットケーキ・牛乳	あんまん・牛乳			
献立	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	
焼き魚 カレービーフン みそ汁 フルーツ	<b>天皇誕生日</b> 	鶏の唐揚げ 酢の物 中華スープ フルーツ	鶏肉、春雨、人参、胡瓜 ハム、玉ねぎ、もやし ねぎ	ラーメン 大根サラダ フルーツ	ハンバーグ スパゲティソテー かき玉汁 フルーツ	
材料	魚の切り身、豚肉、人参 玉ねぎ、しめじ、筍 ピーマン、大根、ねぎ	鶏肉、春雨、人参、胡瓜 ハム、玉ねぎ、もやし ねぎ	豚ひき肉、中華麺 玉ねぎ、人参、キャバツ もやし、コーン、ねぎ 大根、ツナ、胡瓜	合挽き肉、玉ねぎ ベーコン、人参 ピーマン、スパゲティ 豆腐、卵、もやし、ねぎ	焼き芋・牛乳	焼き芋・牛乳
おやつ	カリカリジュガー・ドーナスト 牛乳		オレンジゼリー・牛乳	ぜんざい・お茶		








**節分の行事食は、鬼キーマカレです。**  
**どんな鬼が楽しみにして下さい。**  
**そして、節分にちなんだおやつも取り入れましょう。**  
**しっかりと食べて、寒さに負けない体をつくりましょう。**










最近核家族が多く、節分に豆まきをする家庭も  
 少なくなっているようです。  
 季節感のあまりない現代、子ども達に  
 伝えていきたい行事のひとつです。  
 保育園でも「鬼は外、福は内」と  
 豆まきをし、鬼をはらって健康に  
 すごせるように節分の行事を  
 行います。

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。

