



令和3年度 こんだてひょう



年間目標：健康な生活リズム、食事の正しいマナーを身につける
 月間目標：早寝早起きをして、朝ごはんを食べてくる

	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	
献立	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	煮魚 和風サラダ みそ汁 フルーツ	親子丼 おほか和え すまし汁 フルーツ	
材料	 豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、干し椎茸、ピーマン、パイン缶、キャベツ、もやし、ねぎ	 野菜オムレツ 金時煮豆 コーンソテー すまし汁 フルーツ 鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、えのき、金時豆、コーン缶、三度豆、わかめ、ねぎ	 魚の塩焼き ひじきの煮物 胡瓜スティック みそ汁 フルーツ 魚の切り身、ひじき、人参、干し椎茸、油揚げ、胡瓜、玉ねぎ、豆腐、ねぎ	魚の切り身、キャベツ、人参、胡瓜、わかめ、ハム、玉ねぎ、えのき、ねぎ シヤムサンド・カルピス	鶏肉、卵、玉ねぎ、人参、干し椎茸、かまぼこ、ねぎ、キャベツ、もやし、ちくわ、わかめ ミルク餅・牛乳	
献立	10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	
献立	酢豚 ゆかり和え 中華スープ フルーツ	野菜オムレツ 金時煮豆 コーンソテー すまし汁 フルーツ	魚の塩焼き ひじきの煮物 胡瓜スティック みそ汁 フルーツ	焼きそば きのこのスープ フルーツ	鶏ひき肉のつくね焼き ドレッシングサラダ みそ汁 フルーツ	
材料	豚肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋、キャベツ、ピーマン、もやし、鶏レバー、豆腐、ニラ、わかめ	豚ひき肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、グリーンピース、三度豆、こま、卵、もやし	魚の切り身、コーン缶、ベーコン、スパゲティ、玉ねぎ、人参、ピーマン、油揚げ、魛、ねぎ	中華麺、豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、キャベツ、もやし、しめじ、えのき	鶏ひき肉、玉ねぎ、キャベツ、胡瓜、人参、玉ねぎ、じゃが芋、ねぎ	豆腐ドーナツ・牛乳
献立	17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)	
献立	野菜炒め 鶏レバーの生姜煮 わかめスープ フルーツ	じゃが芋のそぼろ煮 ごま和え かき玉汁 フルーツ	魚のコーンマヨネーズ焼き スパゲティソテー みそ汁 フルーツ	ワカメご飯・ワインナー 鶏の唐揚げ・フライドポテト ミニトマト・胡瓜スティック 人参甘煮・フルーツ	ポテトグラタン しょうゆフレンチ キャベツのスープ フルーツ	
材料	豚肉、玉ねぎ、キャベツ、人参、ピーマン、もやし、鶏レバー、豆腐、ニラ、わかめ	豚ひき肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、グリーンピース、三度豆、こま、卵、もやし	魚の切り身、コーン缶、ベーコン、スパゲティ、玉ねぎ、人参、ピーマン、油揚げ、魛、ねぎ	鶏肉、じゃが芋、ワインナー、ミニトマト、胡瓜、人参、わかめ	ベーコン、じゃが芋、人参、玉ねぎ、しめじ、キャベツ、胡瓜、ピーマン、えのき、パセリ	チヨコチップス・牛乳
献立	24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)	
献立	牛肉の炒め物 酢の物 そうめん汁 フルーツ	筑前煮 梅肉和え みそ汁 フルーツ	魚の照り焼き 切り干し大根の和え物 すまし汁 フルーツ	カレーうどん わかめサラダ フルーツ	えんどうご飯 キャベツ畑のミンチカツ 添え野菜 みそ汁 フルーツ	
材料	牛肉、ごぼう、人参、ピーマン、キャベツ、胡瓜、ちりめんじゃこ、そうめん、わかめ、玉ねぎ、ねぎ	鶏肉、人参、ごぼう、干し椎茸、こんにやく、じゃが芋、三度豆、キャベツ、胡瓜、玉ねぎ、油揚げ	魚の切り身、切り干し大根、人参、胡瓜、キャベツ、ハム、玉ねぎ、豆腐、しめじ	鶏肉、うどん、玉ねぎ、人参、じゃが芋、ねぎ、キャベツ、わかめ、胡瓜、ちりめんじゃこ、コーン缶	えんどう豆、豚ひき肉、玉ねぎ、キャベツ、アスパラガス、ミニトマト、胡瓜、人参、えのき、ねぎ	ブルーニッポン・牛乳 りんごジュース
献立	31 (月)	<div style="border: 1px dashed green; padding: 10px;"> <p>緑のまぶしい過ごしやすい季節になりました。 今月は、新じゃが・春キャベツ・グリーンアスパラなど 旬の野菜を使ったメニューにしてみました！ 小遠足のお弁当も楽しみにして下さい！</p> </div>				
献立	ちくわの磯辺揚げ チャプチエ 中華スープ フルーツ	<div style="border: 1px dashed green; padding: 10px;"> <p>アワモクご飯のおにぎり お茶</p> </div>				
材料	黒ちくわ、南瓜、牛肉、人参、ピーマン、玉ねぎ、しめじ、もやし、青菜	大豆といりこの揚げ煮・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。
 13日(木)は、クッキング(たけのこマフィン)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。

