



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：友達と楽しく食事をする

献立	材料	おやつ	1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)
			魚の塩焼き 中華風酢の物 みそ汁 フルーツ 魚の切り身、春雨、人参 ハム、キャベツ、玉ねぎ じゃが芋、油揚げ ビザトースト・牛乳	干草焼き 金時煮豆 ごま酢和え すまし汁 フルーツ 鶏ひき肉、卵、キャベツ 人参、干し椎茸、ねぎ 金時豆、胡瓜、ごま 豆腐、わかめ クラッカーサンド・牛乳	くひなまつり 丹後のばら寿司 鶏のオレンジ焼き おひたし・ミニトマト すまし汁・フルーツ 鶏肉、人参、ちくわ 干し椎茸、さば缶、卵 三度豆、プロッコリー 玉ねぎ、豆腐、花麩 ねぎ、ミニトマト ひなあられ・カルピス	ホワイトスパゲティ 茹で野菜 コンソメスープ フルーツ スパゲティ、ベーコン 玉ねぎ、人参、しめじ ほうれん草、じゃが芋 プロッコリー、パセリ ワカメご飯のおにぎり・お茶
献立	材料	おやつ	7 (月)	9 (水)	10 (木)	11 (金)
			けんちん煮 黒豆 なたね和え みそ汁 フルーツ 鶏肉、豆腐、油揚げ 人参、大根、ごぼう こんにゃく、黒豆 玉ねぎ、キャベツ、青菜 コーン缶 うどんかきりとう・牛乳	和風ハンバーグ 三度豆のソテー コンソメスープ フルーツ 豚ひき肉、豆腐、三度豆 人参、コーン缶、玉ねぎ しめじ ポップコーン・こぶ・牛乳	くお別れお楽しみ会 サンドイッチ・プロッコリー フライドポテト・チーズ クリームシチュー フルーツ サンドパン、卵、ツナ 胡瓜、フルーツ缶、チーズ 生クリーム、莓ジャム プロッコリー、じゃが芋 ベーコン、玉ねぎ、人参 ソファール・枝豆・揚げおかき お茶	魚のみそ煮 おひたし すまし汁 フルーツ 魚の切り身、青菜、人参 キャベツ、ちくわ 玉ねぎ、豆腐、ねぎ えのき 鬼まんじゅう・牛乳
献立	材料	おやつ	14 (月)	16 (水)	17 (木)	18 (金)
			雑菜 スティック野菜 中華スープ フルーツ 牛肉、春雨、人参 ピーマン、玉ねぎ まいたけ、ねぎ、胡瓜 しめじ マカロニのあべかわ・牛乳	春巻き 野菜ソテー 豆腐のスープ フルーツ 豚ひき肉、春雨、もやし 人参、春巻きの皮 キャベツ、ベーコン 玉ねぎ、ピーマン、豆腐 ねぎ お好み焼き・牛乳	中華丼 酢の物 みそ汁 フルーツ 豚肉、人参、キャベツ 玉ねぎ、干し椎茸、ちくわ わかめ、じゃが芋、ねぎ ちりめんじゃこ チーズ蒸しパン・牛乳	ひじきのさらざ炒め 鶏レバーの生姜煮 すまし汁 フルーツ 鶏ひき肉、鶏レバー 豆腐、人参、玉ねぎ グリーンピース、わかめ ねぎ ブルー・グレート・りんご・ジュース
献立	材料	おやつ	21 (月)	23 (水)	24 (木)	25 (金)
			春分の日 鶏の唐揚げ スパゲティソテー みそ汁 フルーツ 鶏肉、スパゲティ 玉ねぎ、人参、ピーマン ベーコン、豆腐、ねぎ カレーパン・牛乳	チリコンカン 茹で野菜 コンソメスープ フルーツ ロールパン、豚ひき肉 大豆、玉ねぎ、人参 トマト缶、じゃが芋 プロッコリー、キャベツ ぼた餅・お茶	魚のフライ 添え野菜 マカロニサラダ みそ汁 フルーツ 魚の切り身、キャベツ 人参、マカロニ、胡瓜 ハム、玉ねぎ クッキー・牛乳	焼きそば 中華スープ フルーツ 中華麺、豚肉、キャベツ 玉ねぎ、人参、もやし ピーマン、わかめ、豆腐 プリンアラモード・ジョア
献立	材料	おやつ	28 (月)	30 (水)	31 (木)	
			豚肉のみそ炒め 即席漬 中華スープ フルーツ 豚肉、キャベツ、人参 ピーマン、干し椎茸 胡瓜、大根、塩昆布 玉ねぎ、わかめ、ねぎ 麩のラスク・牛乳	豆腐団子のあんかけ こふき芋 もやしとニラのスープ フルーツ 豚ひき肉、豆腐、玉ねぎ 人参、干し椎茸、三度豆 じゃが芋、もやし、ニラ バナナマフィン・牛乳	カレーライス ささみのごまみそ和え フルーツ 豚肉、じゃが芋、玉ねぎ 人参、鶏ささみ キャベツ、胡瓜、ごま オレンジゼリー・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。
8日(火)は、クッキング(パンケーキ)をします。ぱんだぐみさんは、エプロン・三角巾の準備をよろしくお願いします。

みずほ保育園

