



じょうぶな子、げんきな子

梅雨の季節になりました。雨の日が続き、お外で遊べない日も増えてきますね。それでもお気に入りの長靴や、レインコート、傘を身に着けたり、きれいに咲いたあじさいの花を見つけたり・・・この時期にしかできない事をお子様と一緒に楽しんでいけるといいですね！



気温も湿度も上がるこれからの季節は、細菌が繁殖しやすくなります。お箸セットやコップ。衣類もしっかりと乾かし、カビの繁殖を抑えていきましょう。



6月の行事予定

1日(水) 体育指導	15日(水) 体育指導
3日(金) 虫歯予防デー(2~5才各クラスにて)	16日(木) 避難訓練(火事)
4日(土) 布団乾燥	18日(土) 布団乾燥
7日(火) 絵画教室(2・3才)	20日(月) 絵本・納入袋配布 / 身体測定
8日(水) 体育指導	22日(水) 体育指導
9日(木) 絵画教室(4・5才)	27日(月) 誕生会
13日(月) 英語教室(4・5才自由参観)	29日(水) 給食・職員会議 / 体育指導(4月振替)
14日(火) フツ化物洗口指導(ひまわり組)	30日(木) リトミック(2才通常・3才自由参観)
	園だより献立表配信

今月の保育目標

- たんぽぽ** 体調の変化に気をつけながら、梅雨の季節を快適に過ごす。安心できる環境の中で落ち着いて過ごし、興味があるものに触れたり、体を動かして遊ぶ。
- もも** 一人ひとりの状態に合わせて、梅雨時期を快適に過ごす。保育士と一緒に、簡単な身の回りの事をやってみようとする。
- ちゅうりっぷ** 梅雨の時期を快適に過ごす。身の回りのことに積極的に挑戦する。保育士や友達と関わって好きな遊びを楽しむ。
- さくら** 室内での活動を充実させ、友達との関わりを楽しむ。梅雨時期の身近な自然に親しんだり、興味関心を持って楽しむ。
- ひまわり** 決まり事の大切さを知り、遊びと活動のけじめをつけて行動する。梅雨時の生き物、植物などに興味、関心をもつ。
- ゆり** 梅雨の自然や天候の変化に興味を持つ。集団生活のマナーやルール、自分の役割を理解し過ごす。

お知らせとお願い

○ホワイトボードやクラスの掲示物には毎日目を通してください。

○気温の変化がある時期です。薄手の長袖や半そでの洋服等、調節できる衣類の準備をお願いします。

○発熱や風邪症状がある場合は、自宅で休養しましょう。また、**発熱した場合は、受診をし、医師の判断を仰いでください。そのうえで、解熱後24時間以上経過し、かつ全身状態が良く普段の食事が取れるようになってから登園しましょう。**

○今年度の消防車来園と科学教室は中止となりました。

ご両親ともにお仕事で土曜日利用される方へ

ご利用の場合は、給食発注と保育士配置の関係上、**必ず水曜日までにノートか口頭でお知らせください。**





たんぽぽ組(0才児)

早いもので入園して2ヶ月が経ちました。最初泣いていた子ども達もほとんどの子が泣きやみ遊べるようになってきました。一生懸命自分で立ち一歩を踏み出そうと頑張っている子や歩行が上手になり、あちこち歩いている子など、成長した姿をみせてくれるたんぽぽさんです。手袋シアターやピアノでアンパンマンの曲を弾くと手を叩いたり体を揺らしたり嬉しそうに反応してくれます。これからの時期は湿度も高く、ジメジメした日が続きます。毎日の気温の変化もはげしくなりますので、衣類の調節をしたり、室内の湿度、温度に気を付けて過ごしていきたいと思います。



さくら組(3才児)

暑い日が増え、だんだんと夏らしい陽気となってきました。戸外遊びがとても大好きなさくら組さん。汗をかきながら、元気いっぱい遊んでいます。水分補給をしながら、暑さに負けず過ごしていきたいと思います。先月は、壁面製作でハサミを使いました。難しかったようですが、保育士と一緒に最後まで頑張りました。切り終わった紙を見て、何とも嬉しそうな表情をしていたのが、とても印象的でした。これから梅雨に入り、なかなか戸外遊びが出来なくなりますが、室内でも楽しく過ごせるよう工夫しながら今月も元気いっぱい笑顔で過ごしていきたいと思います。



もも組(1才児)

少しずつ園生活に慣れてきたもも組さん。笑顔も沢山見られるようになってきました。お部屋では、歌や手遊び、絵本が大好きな子ども達で、歌を口ずさめば、あちこちで身振り手振りで応えてくれ、とてもかわいらしい姿を見せてくれます。戸外遊びでは、ボール遊び、砂場遊び等、それぞれ好きな遊びを見つけて楽しんでいます。虫や、咲いている花にも興味をもち、見たり触ったりしてみています。季節の変わり目で、体調を崩しやすい季節です。一人ひとりの体調の変化に気を付けて過ごしていきたいと思います。



ひまわり組(4才児)

あつという間に6月ですね。すっかりひまわり組さんらしくなってきたように感じます。暑い日が増えてきましたが、戸外遊びが大好きなひまわりさんは、体調、気温をみながら沢山外で遊ぶ機会を取り入れています。ダンゴムシが大好きなみんなは、花壇の近くや、木の近くをよく観察しています。上り棒にも興味をもち、友達同士で足を押さえたり、協力しながら自分の力で上まで登ろうと頑張っています。腕の力もついてきたように思います。日々のいろいろな経験、発見を大切にしてお過ごしていきたいです。6月は梅雨時期に入りますが、雨の日も室内の過ごし方を充実させながら、体調管理にも気を付けて楽しんでいきたいと思います。



ちゅうりっぷ組(2才児)

生活の流れもだいぶ覚え、支度等スムーズに出来るようになってきました。少しずつ始まったトイレトレーニングにも無理なく楽しみながら取り組んでいます。新しく始まった事にも意欲的に取り組んでいる子ども達なので一つ一つ丁寧に関わっていききたいと思います。先月は天気の良い日は散歩や戸外遊びを楽しみました。戸外では砂場遊びが人気でシャベルやコップを持ち夢中になって遊び、形が出来ると嬉しそうに見せてくれます。これから梅雨の時期になりますが、天気の良い日には戸外へ出て体を動かし、元気に遊んでいきたいと思います。また、体調を崩しやすい時期にもなりますので、お子さんの様子にも気を付けて見ていきたいと思います。



ゆり組(5才児)

進級からあつという間に2ヶ月が経ち、年長組としての自覚や行動が少しずつ出来るようになってきたゆり組さん。元気いっぱいで登園して毎日楽しく過ごしています。GW明けに野菜の苗植えをしました。苗を植えるのは初めての子も多く、ポットから出すのに苦労していた子ども達も、植えたあとは「おおきくなってね！」と優しく土をかけてあげる姿が微笑ましかったです。水遣りはお当番さんの仕事です。毎日「昨日よりおっきくなってー」と言いながら、張り切ってお水をあげています。野菜の成長とともに、子ども達の成長を見守っていききたいと思います。

今月の給食レシピ

豚肉のみそ炒め

材料

- 豚小間肉・・・100g
- 玉葱・・・1/2個
- もやし・・・1/2袋
- 味噌・・・小さじ1
- 酒・・・小さじ1
- 醤油・・・小さじ1/2
- 砂糖・・・小さじ1/3
- サラダ油・・・適量

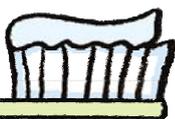
作り方

- ①玉葱をスライスする。
- ②フライパンにサラダ油を敷き、豚肉・玉葱を入れ炒める。
軽く火が通ったらもやしを加えてさらに炒める。
- ③調味料を全て入れ軽く炒めたら完成。
小ねぎを散らしても美味しいです。



ほけんだより

虫歯予防デー



虫歯を予防するためには、やはり歯みがきが一番大切です。お子さまが歯みがきをした後は仕上げみがきを行い、虫歯を予防しましょう。また、ご飯を食べる時はしっかりとかんで食べる習慣を付けましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることで口の中を洗い流し、虫歯を防いでくれる役割があります。



歯みがきのポイント

- ひざの上に子どもの頭を乗せ、寝かせみがきをします。
- 鉛筆と同じように歯ブラシを持ち、軽い力でみがきます。
- 奥歯の溝、歯と歯ぐきの間、歯と歯の間、歯の裏は特に丁寧にみがきます。
- 前歯は歯ブラシを90°にあててみがきましょう。
- 歯と歯ぐきの間は歯ブラシを45°にあてましょう。

虫歯ゼロの健康な歯を目指して、1本ずつ丁寧にみがいていきましょう！



6月 給食献立予定表

(令和4年5月31日)

金ヶ作保育園

E:エネルギー P:蛋白質 F:脂質

日曜	献立	材料	栄養価 未満児 以上児	おやつ	日曜	献立	材料	栄養価 未満児 以上児	おやつ
1	ビビンバ じゃがいも竹輪のガー煮 春雨スープ オレンジ	豚肉、ねぎ、生姜、にんにく 味噌、もやし、ほうれん草 人参、ごま油、じゃが芋、竹輪 いんげん、カレー粉、卵、春雨	E 298/373 P 10.2/12.8 F 5.6/7.1 食塩 1.7	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳)	17	焼きそば ブロッコリーのごま酢和え すまし汁 オレンジ	中華麺、豚肉、キャベツ 人参、ピーマン、もやし ソース、ブロッコリー、竹輪 ごま、ニラ、卵	E 238/297 P 9.9/12.4 F 5.9/7.5 食塩 1.7	牛乳 バタースティックパン
2	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 胡瓜の華風和え みそ汁	鶏肉、マーマレード、ジャム 胡瓜、わかめ、コーン、もやし ごま、ごま油 大根、えのき	E 238/299 P 11.6/14.6 F 4.3/5.3 食塩 2.1	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳)	18	焼肉丼 すまし汁	豚肉、キャベツ、玉葱 生姜、チンゲン菜、豆腐	E 204/254 P 5.3/6.6 F 3.7/4.6 食塩 1.2	牛乳 クラッカー せんべい
3	ナポリタン りんごサラダ たまごスープ バナナ	スパゲティ、人参、ピーマン、玉葱 人参、トマト缶、ケチャップ、ベーコン にんにく、りんご、キャベツ、胡瓜 卵、ねぎ、コンソメ	E 256/321 P 7.3/9.2 F 6.8/8.3 食塩 2.2	牛乳(2~5歳) フルーチェ(ピーチ) 麦茶(0.1歳) ヨーグルト、せんべい	19				
4	親子丼 すまし汁	鶏肉、卵、玉葱、ねぎ しめじ、舞茸 万ねぎ、豆腐	E 223/279 P 11.7/14.6 F 3.5/4.4 食塩 1.4	牛乳 クッキー せんべい	20	ごはん 肉じゃが ポパイサラダ みそ汁	じゃがいも、人参、玉葱 しらたき ほうれん草、えのき わかめ、ねぎ	E 254/317 P 7.4/9.4 F 4.8/6.0 食塩 1.4	牛乳(2~5歳) プリン 麦茶(0.1歳) ヨーグルト、せんべい
5					21	雑穀米ごはん 鮭の塩こうじ焼き れんこんサラダ みそ汁 オレンジ	のりたま、鮭、塩麹 蓮根、人参、キャベツ ハム、ごま、マヨネーズ 大根、油揚げ	E 256/320 P 12.2/15.3 F 5.7/7.2 食塩 1.2	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳)
6	ゆかりごはん 筑前煮 わかめの酢の物 みそ汁	ゆかり、鶏肉、筍、蓮根 蒟蒻、干しシイタケ、人参 わかめ、胡瓜、カニカマ 豆腐、ねぎ	E 216/271 P 7.5/9.4 F 2.8/3.4 食塩 1.5	牛乳 サブレ せんべい 小魚(3~5歳)	22	ひじきごはん 胡瓜とささみの ごまみそ和え すまし汁 バナナ	ひじき、人参、油揚げ 胡瓜、鶏ささみ、味噌 ごま、もやし えのき、わかめ	E 244/305 P 8.4/10.6 F 2.8/3.6 食塩 1.3	牛乳 きな粉トースト
7	雑穀米ごはん 煮魚 三色ごま和え みそ汁	のりたま、カラスガイ、生姜 ほうれん草、もやし、人参 ごま 南瓜、玉葱	E 213/266 P 10.3/13.0 F 1.4/1.8 食塩 1.4	牛乳 豆乳もち	23	ふりかけごはん 鶏の香り焼き 小松菜とコーンのバター醤油炒め みそ汁	のりおかか、鶏肉、玉葱 パセリ、レモン、小松菜 コーン、バター、しらす 豆腐、ねぎ	E 279/349 P 11.5/14.5 F 9.0/11.2 食塩 1.7	牛乳 大学いも
8	チャーハン チーズ入りトマトサラダ オニオンスープ バナナ	焼豚、卵、ナルト、万ねぎ キャベツ、トマト、胡瓜 チーズ、玉葱、わかめ コンソメ	E 270/339 P 8.6/10.9 F 6.1/7.6 食塩 1.4	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳)	24	かえるサンド (ツナコーン、ジャム) ポトフ ヤクルト	ロールパン、ツナ、コーン、胡瓜 マヨネーズ、梅ジャム、ベーコン じゃがいも、人参、玉葱 キャベツ、コンソメ	E 343/429 P 10.8/13.6 F 12.9/16.1 食塩 2.2	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)
9	五目とめし 青菜の豆腐和え みそ汁	鶏肉、人参、しめじ、舞茸 ごぼう、ほうれん草 豆腐、ごま油、ごま キャベツ、油揚げ	E 217/270 P 7.7/9.5 F 4.0/5.0 食塩 1.5	牛乳 ホットク	25	中華丼 すまし汁	豚肉、白菜、人参、舞茸 玉葱、うずらの卵 チンゲン菜、豆腐	E 228/284 P 8.0/10.0 F 4.4/5.5 食塩 1.0	牛乳 サブレ せんべい
10	煮込みうどん 南瓜のそぼろあんかけ オレンジ	うどん、ねぎ、しめじ、舞茸 油揚げ、ほうれん草 南瓜、鶏肉	E 264/329 P 11.3/14.1 F 6.5/8.1 食塩 2.0	麦茶 ヨーグルト せんべい	26				
11	ロールサンド (ウインナー、ジャム) ポトフ	ロールパン、ウインナー、ケチャップ ソース、梅ジャム、じゃがいも 人参、玉葱、キャベツ、コンソメ ベーコン	E 273/341 P 8.6/10.8 F 9.6/11.9 食塩 2.3	牛乳 ビスケット せんべい	27	ごはん 鶏のさつぱり煮 小松菜のじゃこ和え みそ汁	鶏肉、生姜 小松菜、人参、じゃこ 南瓜、玉葱	E 274/341 P 11.2/14.2 F 6.6/8.3 食塩 1.7	麦茶 ヨーグルト せんべい
12					28	発芽玄米ごはん 魚のハーベキュー焼き ポテトサラダ みそ汁	おかか、カラスガイ、片栗粉 りんご、じゃがいも、人参 胡瓜、卵、ハム、マヨネーズ 豆腐、ねぎ	E 287/359 P 11.6/14.5 F 6.1/7.6 食塩 1.5	牛乳 ぶどうパン
13	発芽玄米ごはん 豆腐入り鶏味噌つみれ もやしサラダ みそ汁	おかか、豆腐、鶏肉、卵 パン粉、ねぎ、味噌、もやし 人参、ごま油 キャベツ、油揚げ、スキムミルク	E 265/331 P 10.6/13.1 F 6.4/7.8 食塩 1.3	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)	29	ツナごはん 豚肉とほうれん草の 和風サラダ みそ汁 オレンジ	ツナ、豚肉、ほうれん草 トマト、ごま油 大根、えのき	E 233/292 P 8.3/10.5 F 4.6/5.8 食塩 1.3	牛乳 もちもちチーズパン
14	鮭寿司 さつまいもサラダ みそ汁 バナナ	紅鮭、胡瓜、ごま、卵 のり、さつまいも、人参 胡瓜、ハム、りんご、マヨネーズ 豆腐、ねぎ	E 338/423 P 8.9/11.3 F 8.8/11.0 食塩 1.0	牛乳 ごまマドレーヌ	30	ふりかけごはん 豆腐ハンバーグ コーンサラダ みそ汁	のりたま、豚肉、豆腐、卵 玉葱、パン粉、しめじ、舞茸 ケチャップ、ソース、キャベツ 胡瓜、コーン、わかめ、ねぎ	E 300/375 P 11.2/14.0 F 7.3/9.2 食塩 1.8	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳)
15	カレーライス 小松菜とハムのドレッシング和え すまし汁	豚肉、じゃがいも、人参 玉葱、カレー粉、小松菜 ハム、卵、ごま油、えのき わかめ	E 305/382 P 8.8/11.0 F 9.6/11.9 食塩 2.3	牛乳(2~5歳) あじさいゼリー 麦茶(0.1歳) ヨーグルト、せんべい					
16	わかめごはん 鶏の甘辛唐揚げ キャベツの甘酢和え みそ汁	わかめ、鶏肉、にんにく 生姜、片栗粉、小麦粉 ごま、キャベツ、人参、ツナ 大根、油揚げ	E 392/491 P 14.1/17.5 F 17.3/21.7 食塩 2.0	牛乳 サブレ せんべい 小魚(3~5歳)		※  は新メニューです。			

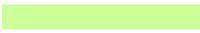
※果物は仕入れの状況により、提供日が前後する可能性があります。
 ※おやつのお菓子は塩分や硬さ等年齢に対応したものを提供しています。
 ※栄養価表示について、未満児→0~2歳児、以上児→3~5歳児を表しています。また食塩の数値は以上児のものです。
 ※午後のおやつが市販品の日は、3歳児以上に小魚が提供されます。

【虫歯を予防する】

6月4日は、虫歯予防デーです。子供の歯は軟らかく虫歯になりやすいため、毎日の歯磨きで虫歯を予防することが大切です。また、健康な歯を作るためにもバランスの良い食事をよく噛んで食べることを心掛けましょう。

6月 離乳食 献立表

(令和4年5月31日)
金ヶ作保育園

日 曜	初期	中期 後期	離乳食・材料	完了期	日 曜	初期	中期 後期	離乳食・材料	完了期
		午後おやつ		午後おやつ			午後おやつ		
1	お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 春雨スープ ヨーグルト クッキー	鶏ひき肉、じゃがいも 人参、ほうれん草 もやし、醤油、砂糖 春雨、煮干、鰹節	ビビンバ じゃがいもと竹輪のカレー煮 春雨スープ オレンジ 牛乳 クラッカー、せんべい	17	お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ	煮込みうどん 南瓜のそぼろあんかけ ヨーグルト 食パン	うどん、ねぎ、しめじ 舞茸、ほうれん草 煮干、鰹節、醤油 南瓜、鶏ひき肉、砂糖	煮込みうどん 南瓜のそぼろあんかけ オレンジ 麦茶 ヨーグスティックパン
2	お粥 キャベツ煮 さつま芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(大根、えのき) ヨーグルト ビスケット	鶏ひき肉、もやし コーン、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 大根、えのき	ごはん 鶏肉マールド焼き 胡瓜の華風和え みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい	18	お粥 キャベツ煮 さつま芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(わかめ、ねぎ) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、じゃがいも、人参 人参、玉葱、ほうれん草 えのき、醤油、砂糖、煮干 鰹節、味噌、わかめ、ねぎ	焼肉丼 すまし汁 牛乳 クラッカー、せんべい
3	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	煮込みうどん 煮魚 ヨーグルト せんべい	うどん、キャベツ、人参 玉葱、煮干、鰹節 醤油 カラスライ、砂糖	ナポリタン りんごサラダ たまごスープ パナナ 麦茶 ヨーグルト、せんべい	19	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 白身魚と野菜の煮物 みそ汁(大根) ヨーグルト ビスケット	鶏ひき肉、玉葱 小松菜、人参、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、大根	 
4				親子丼 すまし汁 牛乳 クッキー、せんべい	20	お粥 キャベツ煮 さつま芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(わかめ、ねぎ) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、じゃがいも、人参 人参、玉葱、ほうれん草 えのき、醤油、砂糖、煮干 鰹節、味噌、わかめ、ねぎ	ごはん 肉じゃが ポパイサラダ みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい
5					21	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 白身魚と野菜の煮物 みそ汁(大根) ヨーグルト ビスケット	鶏ひき肉、玉葱 小松菜、人参、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、大根	雑穀米ごはん 鮭の塩こうじ焼き れんこんサラダ みそ汁 オレンジ 牛乳 ビスケット、せんべい
6	お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(豆腐、ねぎ) ヨーグルト クッキー	鶏ひき肉、筍、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 豆腐、ねぎ	ゆかりごはん 筑前煮 わかめの酢の物 みそ汁 牛乳 サフレ、せんべい	22	お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 すまし汁(わかめ、えのき) ヨーグルト 食パン	ひじき、人参、砂糖 鶏ひき肉、もやし 醤油、煮干、鰹節 わかめ、えのき	ひじきごはん 胡瓜のささみのごまみそ和え すまし汁 パナナ 牛乳 きな粉トースト
7	お粥 キャベツ煮 さつま芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 白身魚と野菜の煮物 みそ汁(南瓜、玉葱) ヨーグルト せんべい	カラスライ、もやし、人参 ほうれん草、醤油 煮干、鰹節、味噌 南瓜、玉葱、砂糖	雑穀米ごはん 煮魚 三色ごま和え みそ汁 牛乳 豆乳もち	23	お粥 キャベツ煮 さつま芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(豆腐、ねぎ) ヨーグルト ふかしいも	鶏ひき肉、小松菜 コーン、しらす、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、豆腐、ねぎ	ふりかけごはん 小松菜とコーンのバター醤油炒め 鶏の香り焼き みそ汁 牛乳 大学いも
8	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 オニオンスープ ヨーグルト ビスケット	鶏ひき肉、キャベツ トマト、醤油、砂糖 玉葱、わかめ コンソメ	チャーハン チーズ入りマトサラダ オニオンスープ パナナ 牛乳 クラッカー、せんべい	24	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) パン粥(食パン) ポトフ ヨーグルト せんべい	食パン、粉ミルク じゃがいも、人参 玉葱、キャベツ 鶏ひき肉、コンソメ	かえるサンド ポトフ 牛乳 クッキー、せんべい
9	お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(キャベツ) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、人参、舞茸 しめじ、ほうれん草 醤油、砂糖、煮干 キャベツ	五目とりめし 青菜の豆腐和え みそ汁 牛乳 ホットク	25	お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(キャベツ) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、人参、舞茸 しめじ、ほうれん草 醤油、砂糖、煮干 キャベツ	中華丼 すまし汁 牛乳 サフレ、せんべい
10	お粥 キャベツ煮 さつま芋煮 野菜スープ	煮込みうどん 煮魚 ヨーグルト ビスケット	うどん、キャベツ、人参 もやし、醤油、鰹節 煮干、砂糖 カラスライ	焼きそば ブロッコリーのごま酢和え すまし汁 オレンジ 麦茶 ヨーグルト、せんべい	26	お粥 キャベツ煮 さつま芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(豆腐、ねぎ) ヨーグルト 食パン	鶏ひき肉、小松菜 人参、しらす、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、豆腐、ねぎ	
11				ロールサンド (ウイナー、ジャム) ポトフ 牛乳 ビスケット、せんべい	27	お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(南瓜、玉葱) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、小松菜 人参、しらす、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、豆腐、ねぎ	ごはん 鶏のさっぱり煮 小松菜のじゃこ和え みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい
12					28	お粥 キャベツ煮 さつま芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 白身魚と野菜の煮物 みそ汁(豆腐、ねぎ) ヨーグルト 食パン	カラスライ、じゃがいも 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 豆腐、ねぎ	発芽玄米ごはん 魚のハーベキュー焼き ポテトサラダ みそ汁 牛乳 ぶどうパン
13	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(わかめ、ねぎ) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、豆腐 もやし、人参、醤油 砂糖、鰹節、煮干 味噌、キャベツ	発芽玄米ごはん 豆腐入り鶏味噌つみれ もやしサラダ みそ汁 牛乳 クッキー、せんべい	29	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(大根、えのき) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、ほうれん草 トマト、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 大根、えのき	ツナごはん 豚肉とほうれん草の和風サラダ みそ汁 オレンジ 牛乳 もちもちチーズパン
14	お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 白身魚と野菜の煮物 みそ汁(豆腐、ねぎ) ヨーグルト ごまトレーヌ	鮭、さつまいも、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 豆腐、ねぎ	鮭寿司 さつまいもサラダ みそ汁 パナナ 牛乳 ごまトレーヌ	30	お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(わかめ、ねぎ) ヨーグルト ビスケット	鶏ひき肉、豆腐、しめじ 舞茸、玉葱、キャベツ 煮干、鰹節、味噌、ねぎ わかめ、醤油、砂糖	ふりかけごはん 豆腐ハンバーグ コーンサラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい
15	お粥 キャベツ煮 さつま芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 すまし汁(わかめ、えのき) ヨーグルト ビスケット	鶏ひき肉、じゃがいも 人参、玉葱、小松菜 醤油、砂糖、煮干 鰹節、わかめ、えのき	カレーライス 小松菜とハムのドレッシング和え すまし汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい		お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(わかめ、ねぎ) ヨーグルト ビスケット	鶏ひき肉、豆腐、しめじ 舞茸、玉葱、キャベツ 煮干、鰹節、味噌、ねぎ わかめ、醤油、砂糖	
16	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(大根) ヨーグルト ごま蒸しパン	鶏ひき肉、キャベツ 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 大根	わかめごはん 鶏の甘辛唐揚げ キャベツの甘酢和え みそ汁 牛乳 サフレ、せんべい		お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(わかめ、ねぎ) ヨーグルト ビスケット	鶏ひき肉、豆腐、しめじ 舞茸、玉葱、キャベツ 煮干、鰹節、味噌、ねぎ わかめ、醤油、砂糖	※  は新メニューです。

※果物は仕入れの状況により、ない日も;
※おやつのお菓子は塩分や硬さ等年齢に対応したものを提供しています。
※コンソメはアレルギー材料不使用無添加コンソメを使用しています。
※離乳食初期は月齢に合わせた内容で提供しています。