



じょうぶな子、げんきな子

ムシムシと気温の高い日が続いていますね。
水分補給をしっかりと、熱中症にならない様
十分な休息をとりながら過ごしていきたいと思
います。
7月は、水遊び、夏祭り楽しい行事もあります。
感染対策をしながら、子ども達と夏ならではの
遊びを楽しんでいきたいと思います。



水遊びがはじまります

毎日の健康チェックに加え、水遊
びのチェックも忘れずにお願いしま
す。爪は伸びてないか、かきこわし
た傷はないかも確認しましょう。

7月の行事予定

1日(金) プール開き
2日(土) 布団乾燥
5日(火) 絵画教室(2・3才)
6日(水) 体育指導
7日(木) 尿検査提出日(4・5才)
七夕会(各クラス)
11日(月) 英語教室(4・5才自由参観)
12日(火) 絵画教室(4・5才)
13日(水) 体育指導
15日(金) 避難訓練(風水)

16日(土) 布団乾燥
18日(月) 海の日
20日(水) 絵本・納入袋配布 / 身体測定
22日(金) 夏祭り(保護者の方の参加はありません)
26日(火) 誕生会
29日(金) リトミック(2才通常・3才自由参観)
園だより・献立表配信

※3・4・5才児の自由参観の詳細は、クラス前のお知らせを
ご覧ください。

今月の保育目標

- たんぽぽ — 無理のない範囲で水遊びを行い、水に触れて遊ぶ事を楽しむ
休息を十分に取り、保育者に見守られながら
安定した生活リズムで過ごす
- も も — 保育士や友達と夏の遊びを楽しむ
水分補給や休息を十分に取り、暑い時期を快適に過ごす
- ちゅうりっぷ — 簡単な身の回りのことを自分から進んでしようとする。
保育士や友達と一緒に遊びを楽しむ。
- さくら — 暑い日の過ごし方を知り、健康に過ごす
友達や保育士と一緒に夏ならではの遊びを楽しむ
生活や遊びの中で自分の思いや考えを言葉で伝えていく
- ひまわり — 水遊びや虫取りなど夏ならではの遊びを思いきり楽しむ
自分で体温調節しながら健康に過ごす
- ゆり — 夏ならではの遊びを楽しみ、元気に過ごす
遊びや生活の中で友達との関りを深め、充実感を味わう

お知らせとお願い

- 汗をかきやすい時期なので、衣類を多めに用意
しましょう。
- 水遊びの準備をお願いします。各クラスの持ち
物を確認して、忘れ物のない様に気を付けましょう。
記名のご協力をお願いします。
- 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。
- 各クラスで行っている誕生会は、誕生児が登園
している日に日程をずらして行う事があります。ご
了承ください。



クラス通信

7月



たんぽぽ組 (0才児)

梅雨に入り、蒸し暑い日が続く中でも、たんぽぽさんは毎日元気一杯です。雨が降って外に行けない日は、お部屋の中でお気に入りのおもちゃで遊んだり、時にはトンネルやマットを使って、無理のない範囲で体を動かして楽しんでいます。声を出して笑ってくれる姿は、とても微笑ましく、見ているこちらまで嬉しくなります。園庭では砂遊びが大好きで、泥んこになってもへっちゃらです。砂の感触を確かめながら、シャベルを持って嬉しそうに遊んでいます。7月は七夕や夏祭りごっこの行事もあり、水遊びも始まります。体調管理に気を付けて、楽しく過ごしたいと思います。



さくら組 (3才児)

夏の暑さの中、元気に遊ぶ子ども達の額には汗がキラリと輝いています。5月からお当番活動がスタートし、二人一組のペアで力を合わせながら頑張ってくれています。さつまいもの苗に水をあげたり、皆の前に出て挨拶の号令を恥ずかしそうにしながらもかけてくれています。恥ずかしくてなかなか言えないお子さんもいますが、お友達が一緒だと言える事も出来るので、少しずつ自信に繋がればと思っています。7月からは水遊びが始まります。怪我のないよう見守り、また体調管理にも気を付けていきながら楽しんで過ごしていきたいと思います。



もも組 (1才児)

梅雨明けまであと少しとなりました。蒸し暑い日が続いていますが、子ども達は元気いっぱい好きな遊びに夢中になって色々な遊びを楽しんでいます。天気が良い日は散歩に行き、保育士や友達と手を繋いで保育園周辺を歩いたり、園庭では砂遊びやコンビカーに乗って楽しむ姿が沢山見られました。雨の日は体操をして身体を動かしたり、風船遊びや新聞紙遊びをして楽しみました。7月は水遊びや夏祭りごっこがあるので、夏ならではの遊びに沢山触れながら楽しく過ごしていくと共に、子ども達の体調の変化に気を付け、こまめな水分補給と休息を取りながら元気に過ごしていこうと思います。



ひまわり組 (4才児)

暑さも日々増していき、本格的な夏もすぐそこまできているようです。毎日元気な声が響き、楽しく過ごしています。近くの公園まで散歩に出かけ蝶々を追いかけたり鬼ごっこやかくれんぼをしたり友達同士で誘い合って遊ぶ姿が微笑ましいです。園庭では、だるまさんが転んだや登り棒に挑戦しています。友達の足を支えて手伝ってあげたり優しい子供たちです。ゆり組さんやさくら組さんとリレーもして楽しみました。暑さのピークを迎える時期、健康管理に気を付けて楽しく過ごしていきたいと思います。



ちゅうりっぷ組 (2才児)

蒸し暑い日が続いていますが、子ども達は元気いっぱいです。最近ますます歌や、お話が上手になり、友達同士の関わりも増えてきました。名前を呼んだり「こっちへおいで～」と遊びに誘う声もよく聞こえてきますが、玩具の貸し借りでのトラブルもよく目にするようになりました。その都度、声を掛け「かして」「いいよ」ができるよう頑張っている子ども達です。7月は夏ならではの行事がたくさんあります。水あそびを楽しみにしている子や、ちょっぴりドキドキしている子など様々ですが、少しずつ慣れてくれればと思っています。また、みんなで約束事を守り、楽しい夏の思い出を作っていきたいです。



ゆり組 (5才児)

今年は早い梅雨入りとなりましたが、戸外で遊べる日も多く、汗だくになりながらも思いっきり身体を動かしている子ども達です。戸外では、リレーが大好きなゆり組さんと赤・白に別れ一生懸命競い合う姿がまだまだ可愛らしく、ほっこりさせられます。お部屋ではトランプがブームになり、数人集まっては神経衰弱を楽しんでいます。5月に植えた野菜もグングン成長し、「おいしくな～れ♡」と言いながら毎日の水やり行っています。夏本番となる7月!!引き続き体調管理には十分に気をつけながら、水遊びや夏祭りごっこ等、夏の思い出をたっぷりつくっていきたいと思います。

今月の給食レシピ 青菜の豆腐和え

材料

ほうれん草・・・1束
木綿豆腐・・・100g
醤油・・・小さじ1強
ごま油・・・小さじ2
白いりごま・・・適量

作り方

- ①豆腐を適当な大きさに切り、重しを乗せ水切りをする。
- ②ほうれん草を茹で水気を絞り、食べやすい長さに切ってボウルに入れる。
- ③水切りを終えた豆腐を手で潰しながらほうれん草のボウルに入れる。醤油、ごま油、白いりごまも加えてよく混ぜる。



ほけんだより

水遊びの季節がやってきました。
みんなで元気に水遊びをする前に
子どもの体調や皮膚の状態を
もう一度しっかりと見てみて下さい。

皮膚の病気

○水いぼ(伝染性軟属腫)

ウイルスの感染によってできる「いぼ」の一種で、ぷつぷつとした水泡が体全体に散っていることもあれば、部分的に固まって発症することもあります。

乾燥肌やアトピー性皮膚炎の人が、かかりやすい傾向にあるようです。

掻き壊すと広がるので、爪を短く切って清潔にたもちましょう。

○とびひ(伝染性膿痂疹)

アトピーやあせも、虫刺され、すり傷などを手で触ったり掻いたりすると、皮膚の表面に複数の細菌が繁殖し、皮膚がただれたり、水ぶくれになったり、かさぶたになったりします。

患部を触った手で体の他の場所に触れると、感染がさらに広がります。ガーゼなどで覆って、直接触れないようにしましょう。

虫刺されやすり傷などは放置せず、しっかりと消毒をして清潔にし、とびひにならないように注意が必要です。汗をかいたらこまめに着替え、爪は短く切り、シャワーを浴びて体を清潔に保ちましょう。

園生活・水遊びでの注意点

皮膚症状がみられる場合は、早めに皮膚科で診てもらいましょう。

水いぼ・とびひ共に、触れるとうつる可能性があるため、衣類や絆創膏などでしっかりと患部を覆って下さい。

水を介してうつることはありません。しかし、患部を掻いたり、水遊びの後には皮膚の状態が悪くなりやすいです。

水いぼは覆ってあれば、水遊びは可能です。ラッシュガードやタオル等覆う準備をお願いします。

とびひは受診し治療してかさぶたになるまでは、水遊びは控えましょう。

7月

給食献立予定表

(令和4年6月30日)

金ケ作保育園

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 金	冷やしきつね 南瓜の甘煮 バナナ	稲庭風うどん、卵、トマト 胡瓜、油揚げ、めんつゆ 南瓜	E 217/272 P 6.7/8.5 F 4.5/5.5 食塩 1.6	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3〜5歳)	17 日				
2 土	親子丼 すまし汁	鶏肉、卵、しめじ、舞茸 ねぎ、玉葱 万ねぎ、豆腐	E 223/279 P 9.1/11.4 F 3.5/4.4 食塩 1.4	牛乳 クッキー せんべい	18 月	海 の 日			
3 日					19 火	雑穀米ごはん 魚のカレー焼き ひじき入りサラダ みそ汁 バナナ	のりたま、カラスカレ、生姜 カレー粉、ひじき、人参 キャベツ、竹輪、コーン なす、油揚げ	E 278/348 P 11.3/14.5 F 4.5/5.7 食塩 1.5	牛乳(2〜5歳) パインゼリー 麦茶(0.1歳) ヨーグルト、せんべい
4 月	ごはん 鶏のレモン醤油かけ 切干大根サラダ みそ汁	鶏肉、レモン、生姜 片栗粉、切干大根、人参 胡瓜、ツナ、ごま、マヨネーズ ねぎ、豆腐	E 283/354 P 14.1/17.8 F 7.6/9.3 食塩 1.5	牛乳(2〜5歳) いちごパバロア 麦茶(0.1歳) ヨーグルト、せんべい	20 水	チャーハン チーズ入りトマトサラダ オニオンスープ オレンジ	焼豚、万ねぎ、ナルト、卵 チーズ、キャベツ、胡瓜、トマト 玉葱、わかめ、コンソメ	E 252/316 P 8.6/10.8 F 6.0/7.6 食塩 1.4	牛乳 ぶどうパン
5 火	雑穀米ごはん 鮭のムニエル 小松菜とハムのドレッシング和え みそ汁 オレンジ	のりたま、鮭、小麦粉 バター、レモン、小松菜 ハム、卵、ごま油 大根、油揚げ	E 286/359 P 13.5/17.0 F 7.5/9.5 食塩 1.1	牛乳 サブレ せんべい 小魚(3〜5歳)	21 木	わかめごはん ミートボール野菜あんかけ コーンサラダ みそ汁	わかめ、豚肉、玉葱、人参 しめじ、パン粉、片栗粉 卵、キャベツ、胡瓜、コーン ねぎ、豆腐	E 317/396 P 9.8/12.1 F 10.9/13.6 食塩 1.9	牛乳 マカロニアベかわ
6 水	カレーライス りんごサラダ すまし汁	豚肉、じゃがいも、玉葱 人参、キャベツ、りんご 胡瓜、わかめ、えのき カレールウ	E 289/362 P 7.6/9.5 F 7.9/9.7 食塩 2.2	牛乳 おふのラスク	22 金	焼きそば ブロックリー、ブチマト ウイナー、チーズ(3〜5歳) すまし汁	中華麺、豚肉、キャベツ 人参、ピーマン、もやし、ソース ブロックリー、ブチマト、ウイナー チーズ、卵、コラ	E 260/324 P 10.1/12.7 F 10.4/13.1 食塩 1.6	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3〜5歳)
7 木	ちらし寿司 トマトと胡瓜のナムル 星の子スープ ヤクルト	鶏ひき肉、人参、干しシイタケ コーン、絹さや、海苔、胡瓜 トマト、鶏ガラスープの素 そうめん、おくら	E 241/300 P 7.6/9.4 F 4.7/5.9 食塩 1.4	牛乳 ハイナッフル蒸しパン (セタver)	23 土	冷麦 じゃがいもと ベーコンのバター炒め	冷麦、胡瓜、みかん缶 じゃが芋、ベーコン バター	E 304/380 P 12.7/15.9 F 6.5/8.2 食塩 3.0	牛乳 サブレ せんべい
8 金	サラダうどん 南瓜のそぼろあんかけ バナナ	稲庭うどん、ツナ、胡瓜 トマト、マヨネーズ めんつゆ 南瓜、鶏肉	E 276/345 P 9.0/11.3 F 6.5/8.1 食塩 1.8	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3〜5歳)	24 日				
9 土	ロールサンド (ウイナー、ジャム) ポトフ	ロールパン、ウイナー、ソース ケチャップ、苺ジャム、ベーコン じゃがいも、人参、玉葱 キャベツ、コンソメ	E 273/341 P 8.6/10.8 F 9.6/11.9 食塩 2.3	牛乳 クラッカー せんべい	25 月	ふりかけごはん 酢豚 もやしサラダ みそ汁 バナナ	のりたま、豚肉、玉葱 人参、ピーマン、ケチャップ ごま油、もやし、胡瓜 豆腐、ねぎ	E 286/359 P 10.6/13.3 F 9.7/12.0 食塩 2.1	牛乳 あずきマドレーヌ
10 日					26 火	鮭寿司 スパゲティサラダ みそ汁	紅鮭、胡瓜、ごま、卵 のり、サラスパ、りんご、ハム マヨネーズ、みかん缶 大根、油揚げ	E 274/342 P 8.4/10.6 F 8.5/10.7 食塩 0.9	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3〜5歳)
11 月	ごはん 豚肉のケチャップ焼き ひじきとツナのサラダ みそ汁	豚肉、玉葱、人参、しめじ ケチャップ キャベツ、胡瓜、ひじき マヨネーズ、なす、油あげ	E 305/381 P 10.1/12.9 F 11.8/14.6 食塩 1.6	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3〜5歳)	27 水	タコライス ポパイサラダ わかめスープ	豚肉、カレー粉、人参、玉葱、生姜 にんにく、ケチャップ、ソース、トマト キャベツ、チーズ、ほうれん草 えのき、わかめ、卵、コンソメ	E 245/307 P 12.1/15.3 F 12.0/15.0 食塩 2.4	麦茶 ヨーグルト せんべい
12 火	発芽玄米ごはん 魚のパン粉焼き 切干大根煮 みそ汁	のりおかか、鮭、パン粉 青のり、粉チーズ、マヨネーズ 切干大根、人参、油揚げ 竹輪、大豆、わかめ、ねぎ	E 262/329 P 13.5/16.8 F 4.8/6.0 食塩 1.6	牛乳 バタースティックパン	28 木	発芽玄米ごはん 鶏のみそ焼き 胡瓜の華風和え みそ汁	おかか、鶏肉、味噌、生姜 胡瓜、わかめ、もやし コーン、ごま、ごま油 なす、油揚げ	E 286/359 P 10.6/13.3 F 9.7/12.0 食塩 2.1	牛乳 しらすチーズトースト
13 水	親子そぼろ丼 小松菜のじゃこ和え みそ汁 オレンジ	鶏肉、卵、いんげん、ごま でんぶ、小松菜、人参 生姜、じゃこ、ごま油 ねぎ、豆腐	E 333/415 P 16.1/20.2 F 8.9/11.1 食塩 2.1	麦茶 ヨーグルト せんべい	29 金	ロールサンド (ウイナー、ジャム) キャベツスープ オレンジ	ロールパン、ウイナー、ケチャップ ソース、苺ジャム、キャベツ、コーン 玉葱、ベーコン、コンソメ	E 275/344 P 8.5/10.7 F 10.3/12.9 食塩 1.9	牛乳 サブレ せんべい 小魚(3〜5歳)
14 木	ツナごはん 豚肉とほうれん草の 和風サラダ みそ汁 バナナ	ツナ、豚肉、ほうれん草 トマト、生姜、ごま油 キャベツ、油揚げ	E 257/322 P 8.7/11.0 F 5.1/6.3 食塩 1.4	牛乳 サブレ せんべい 小魚(3〜5歳)	30 土	そうめん さつまいもの甘煮	そうめん、胡瓜、みかん缶 めんつゆ さつまいも	E 211/264 P 7.2/8.9 F 0.7/0.9 食塩 1.5	牛乳 クッキー せんべい
15 金	スパゲティミートソース フレンチサラダ たまごスープ	豚肉、人参、玉葱、ピーマン にんにく、生姜、ケチャップ ソース、キャベツ、胡瓜 卵、ねぎ、コンソメ	E 211/264 P 8.0/9.9 F 4.5/5.5 食塩 1.5	牛乳 オレンジケーキ	31 日				
16 土	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 ビスケット 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。

【ビタミンとりコピンで医者いらず！夏のトマト🍅】

トマトが赤くなると医者がかかると言われるほど、6~9月のトマトには栄養がたくさん含まれています。ビタミンAとCが豊富なうえ、トマト特有の成分であるリコピンには抗酸化作用があり病気を防ぐ効果があります。うまみ成分も含むため生食以外にも肉や魚と煮込むと甘みやおいしさが増します。好きな料理にしておいしく食べましょう。

7月 離乳食 献立表

(令和4年6月30日)
金ヶ作保育園

曜	初期	中期 後期	離乳食・材料	完了期	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 金	お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ	煮込みうどん 南瓜の甘煮 ヨーグルト クッキー	うどん、トマト、 醤油、鰹節、煮干 南瓜、砂糖	冷やしきつね 南瓜の甘煮 バナナ 牛乳 クラッカー、せんべい	17 日				
2 土					18 月	海 の 日			
3 日					19 火	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(なす) ヨーグルト せんべい	カラスカレイ、キャベツ、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 なす	雑穀米ごはん 魚のカレー焼き ひじき入りサラダ* みそ汁 オレンジ* 麦茶 ヨーグルト、せんべい
4 月	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(ねぎ、豆腐) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、人参 切干大根、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 ねぎ、豆腐	ごはん 鶏肉のレモン醤油かけ 切干大根サラダ みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい	20 水	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 オニオンスープ ヨーグルト 食パン	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 チーズ入りトマトサラダ オニオンスープ オレンジ 牛乳 ぶどうパン
5 火	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(大根) ヨーグルト ビスケット	鮭、小松菜、醤油 砂糖 煮干、鰹節、味噌 大根	雑穀米ごはん 鮭のムニエル 小松菜とハムのドレッシング 和え みそ汁 オレンジ 牛乳 サブレ、せんべい	21 木	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 せんべい	鶏ひき肉、人参、しめじ キャベツ、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 豆腐、ねぎ	わかめごはん ミートボール野菜あんかけ コーンサラダ みそ汁 牛乳 マカロニあべかわ
6 水	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 カラスカレイ、砂糖	カレーライス りんごサラダ すまし汁 牛乳 おふのラスク	22 金	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 クッキー	うどん、キャベツ、人参 鶏ひき肉、もやし 醤油、煮干、鰹節 カラスカレイ、砂糖	焼きそば ブロッコリー、ﾌｳｼﾞﾏﾄ、ｳｲﾅｰ すまし汁 牛乳 クラッカー、せんべい
7 木	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(そうめん) ヨーグルト フレーン蒸しパン	鶏ひき肉、人参、絹さや コーン、醤油、砂糖 煮干、鰹節、そうめん	ちらし寿司 トマトと胡瓜のナムル 星の子スープ 牛乳 ハイナップ蒸しパン(七夕ver)	23 土				
8 金	お粥 キャベツ煮 さつま芋煮 野菜スープ	煮込みうどん 南瓜の甘煮 ヨーグルト ビスケット	うどん、トマト、醤油 煮干、鰹節 南瓜、砂糖	サラダうどん 南瓜のそぼろあんかけ バナナ 牛乳 ビスケット、せんべい	24 日				
9 土					25 月	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(豆腐、ねぎ) ヨーグルト フレーン蒸しパン	鶏ひき肉、人参、玉葱 ピーマン、もやし、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、豆腐、ねぎ	ふりかけごはん 酢豚 もやしサラダ みそ汁 バナナ 牛乳 あずきマドレーヌ
10 日					26 火	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(大根) ヨーグルト ビスケット	鮭、じゃがいも、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 大根	鮭寿司 スパゲティサラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい
11 月	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(なす) ヨーグルト クッキー	鶏ひき肉、玉葱、人参 しめじ、キャベツ、醤油 砂糖、煮干、鰹節、味噌 なす	ごはん 豚肉のケチャップ焼き ひじきとツナのサラダ* みそ汁 牛乳 クッキー、せんべい	27 水	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 わかめスープ ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、トマト、えのき キャベツ、ほうれん草 醤油、砂糖 わかめ、コンソメ	タコライス ポパイサラダ わかめスープ バナナ 麦茶 ヨーグルト、せんべい
12 火	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(わかめ、ねぎ) ヨーグルト 食パン	鮭、切干大根、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 わかめ、ねぎ	発芽玄米ごはん 魚のパン粉焼き 切干大根煮 みそ汁 牛乳 バタースティックパン	28 木	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(なす) ヨーグルト 食パン	鶏ひき肉、もやし わかめ、コーン、醤油 砂糖、煮干、鰹節 なす	発芽玄米ごはん 鶏肉のみそ焼き 胡瓜の華風和え みそ汁 牛乳 しらすチーズトースト
13 水	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(ねぎ、豆腐) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、いんげん 小松菜、人参、醤油 砂糖、煮干、鰹節、味噌 ねぎ、豆腐、豆腐	親子そぼろ丼 小松菜のじゃこ和え みそ汁 オレンジ 麦茶 ヨーグルト、せんべい	29 金	お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ	パン粥(食パン) キャベツスープ ヨーグルト クッキー	食パン、粉ミルク キャベツ、玉葱、人参 コーン、コンソメ	ロールサンド (ウインナー、ジャム) キャベツスープ オレンジ 牛乳 サブレ、せんべい
14 木	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(キャベツ) ヨーグルト ビスケット	鶏ひき肉、ほうれん草 トマト、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 キャベツ	ツナごはん 豚肉とほうれん草の和風サラダ みそ汁 バナナ 牛乳 サブレ、せんべい	30 土				
15 金	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 フレーン蒸しパン	うどん、人参、玉葱 ピーマン、キャベツ、醤油 煮干、鰹節	スパゲティミートソース フレンチサラダ たまごスープ 牛乳 オレンジケーキ	31 日				
16 土						※ は新メニューです。			

※果物は仕入れの状況により、ない日もありますが栄養量の不足はありません。
※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。