



じょうぶな子、げんきな子



夏本番！毎日暑い日が続いていますね。しっかりと水分補給をしながら子どもたちは元気に過ごしています。保育園では、水遊び、七夕まつり、夏祭りとその季節ならではの遊びを満喫しています。お家でも、保護者の方のお休みに合わせて、お出かけしたり、一緒に過ごしたり・・・素敵な思い出で作りが出来るといいですね。



8月はお盆期間も含まれますので、産休・育児休暇の方や、お仕事がお休みの方は、家庭保育のご協力をお願いいたします。



8月の行事予定

1日(月) 眼科検診(5才)	17日(水) 梨狩り予備日
2日(火) 眼科検診(4才)	18日(木) 身体測定
4日(木) 絵画教室(2・3才)	19日(金) 絵本・納入袋配布
6日(土) 布団乾燥	20日(土) 布団乾燥
8日(月) 英語教室	22日(月) リトミック
9日(火) 絵画教室(4・5才)	26日(金) 誕生会(各クラス) 夜のお楽しみ会(5才児)
11日(木) 山の日	30日(火) プール納め
15日(月) 避難訓練(不審者)	31日(水) 園便り・献立表配信
16日(火) 梨狩り(3・4・5才)	

今月の保育目標

- たんぽぽ ー・水遊びを楽しみ、気持ち良さや心地よさを味わう
・十分に休息を取りながら、暑い夏を快適に過ごせるようにする
- も も ー・水に親しみ、水の感触や心地良さを感じながら楽しむ
・衛生面や健康面に留意し、夏季を快適に過ごせるようにする
・保育士や友達と簡単なやり取りを楽しむ
- ちゅうりっぷ ー・十分な休息をとりながら健康に過ごす
・保育士や友達と一緒に夏のあそびや行事を楽しむ
- さくら ー・熱中症に注意し水分補給や休息を取りながら健康に過ごす
・友達と一緒にプールや水遊びを楽しむ
- ひまわり ー・季節を感じながら友達や保育士との夏の遊びを楽しむ
・夏を健康に過ごす為の生活習慣を身に付ける
- ゆり ー・夏の遊びを楽しむ中で休息を取りながら健康に過ごす
・約束事を守り、水遊びを思いきり楽しむ
・友達の思いや自分の気持ちを伝え合いながら楽しむ

お知らせとお願い

●6月7月と2回に分けて3・4・5才児の保育参観を行いました。子ども達の様子はいかがでしたか？

お忙しい中、足を運んでいただきましてありがとうございました。

●暑い日が続いています。体調の変化や食欲不振など、いつもと違う様子が見られる時にはお知らせください。

●コロナウィルス感染症の感染者数が増えてきています。引き続き体調管理、感染予防をしっかりとしていきましょう。
保育園をお休みの日も健康チェック表の記入を忘れずをお願いします。

ご家族の方を含め発熱などの症状が見られた場合には受診をし、保育園にご連絡ください。





たんぽぽ組(0才児)

7月は大雨が降ったり、猛暑日だったり不安定な気候でしたね。そんな中でも天気の良い日は水遊びをしたり、雨の日はマットやフラフープなどを出してアスレチックをしたりと楽しみました。水遊びでは、バケツの水を自分でかぶってしまうくらい大胆な子や黙々と玩具を使って遊んでいる子、眉間にシワを寄せている子など様々な反応を見せてくれました。夏祭りでは、太鼓鑑賞や盆踊り、魚釣りをしました。お魚を釣ろうと真剣な表情の子ども達。太鼓鑑賞ではのドンドンという音に見入っている様子でした。8月は夏本番！熱中症や感染症に気を付けながら元気に過ごして行きたいと思います。



さくら組(3才児)

まだまだ厳しい暑さが続いています、さくら組のお友達は毎日元気一杯です。七月から始まった水遊びですが、子ども達もとても楽しみにしていて「今日お水やるの？」と聞いてくれる子が沢山。七月は天気の悪い日が多く、なかなか楽しむ事が出来ませんでした。八月は沢山出来ると良いなと思います。製作でもハサミや糊、折り紙等、色々な物を取り入れていて、どれも楽しみながら頑張ってくれているさくらさん。八月も暑い日が続くと思いますが体調管理に気を付けながら元気に過ごしていきたいです。



もも組(1才児)

毎日暑い日が続いていますが、暑い日は室内でゆったり過ごしたり、水遊びを楽しんでいます。水を嫌がったり怖がったりする子は誰もおらず、最初から全員が水の気持ち良さを感じながら目一杯楽しむ事が出来ました。他にも、夏祭りごっこも楽しみました。興味津々に見ていた太鼓演奏、練習の時からノリノリだった盆踊りも可愛く踊っていたもも組さん。風鈴釣りやお面をつけてアンパンマン号に乗り、的当て(ボール投げ)ゲームも喜んでやっていました。この暑さで疲れも出てきており、体調を崩す子も増えてきました。引き続き体調を見ながら8月も水遊びを楽しんでいけたらと思います。



ひまわり組(4才児)

毎日暑い日が続いていますが、「明日は何やる?」「プールはいつ?」と、わくわくがとまらないひまわりさんです。7月は楽しみにしていた夏祭りがありました。魚釣りは真剣に、盆踊りは元気いっぱい、すいかわりは大盛り上がり、給食は園長先生の焼きそばやさんに、チケットを持って買いに行ったりと、楽しい一日でした。室内遊びではスライム作りや、おうち作り、朝顔の色水遊び等で、いろいろな発見をしたり、製作を楽しんでいます。8月も体調管理をしっかり行いながらプール遊びや、いろいろな夏の遊びを楽しんでいこうと思います。



ちゅうりっぷ組(2才児)

毎日暑い日が続いていますが、子ども達は暑さにも負けず元気いっぱいに過ごしています。先日の夏祭りはみんなで楽しむことが出来ました。盆踊りも練習の時から張り切っていて、「シャー！」の掛け声も上手に出来ていました。水遊びでは、天候に恵まれなかったり、2階クラスと順番に入っていることもあり、中々入れていませんが、入った時には大喜びで楽しんでいます！シャワーが大好きで、「雨だぁ！」とキャーキャー言いながら楽しむ姿が多く見られます。子ども達も楽しみにしているので、8月はたくさん水遊びを楽しみたいと思っています。



ゆり組(5才児)

いつの間にかセミの声が聞こえ始め、季節はすっかり夏ですね。そんなセミの声に負けないうらい、元気いっぱいの子も達。7月から始まった水あそびは、みんなで楽しく遊べるように始める前に必ず約束事の確認をしています。洋服をびしょ濡れにしながら楽しんで遊んでいる子ども達です。また、夏まつりではゆり組さんだけ特別にハッピーにハチマキを付けて参加しました！明尽苑の太鼓、盆踊り、すいか割り、魚釣り楽しいこと盛りだくさんで大盛り上がりの子も達でした！8月は梨狩りに夜のお楽しみ会、保育園生活最後の行事、みんなで楽しみたいと思います！



給食室より

しらすチーズトースト

材料

食パン・・・1枚
しらす・・・20g
コーン缶・・・10g
ピザ用チーズ・・・15g
青のり・・・少々
マヨネーズ・・・少々

作り方

①食パンにしらす、コーン、青のりを広げて乗せ、
上からチーズを散らす。
②マヨネーズを少量絞りかけ、オーブンで
3～4分チーズが溶けるまで焼く

ほけんだより

熱中症

夏の暑さや湿度の高さなどによって体温を調節する機能が働かなくなり、脱水症状や高体温、めまい、立ちくらみ、吐き気、体がだるい、けいれんなどの症状を起こすことです。
子どもは体温調節機能がまだ十分に発達していないため、熱中症のリスクが高く、特に注意が必要です。

予防のポイント

- 散歩はできるだけ短時間 帽子をかぶり ベビーカーも照り返しがあるので注意が必要です。
- 炎天下での遊びは 長時間にならないように注意し 海やプールは 30分毎に日陰で休息をとしましょう。
- 肩まで隠れる 吸湿性・吸水性に優れた衣服を選びましょう。
- 水・麦茶・経口補水液などの飲み物で こまめに水分補給をしましょう。

熱中症になったら

- 風通しのよい日陰や冷房の効いた涼しい室内に移動して、衣服を緩める。
- 濡らしたタオル・保冷剤にて、首・脇の下・足の付け根などを冷やす。
- うちわなどであおいで風を送る。
- 水分・塩分を補給する。
- 必要に応じて医療機関を受診する。
- 呼びかけに対する返事がおかしい・けいれん等みられる場合は、救急車を呼びましょう。

8月 給食献立予定表

(令和4年7月29日)

E:エネルギー P:蛋白質 F:脂質

金ケ作保育園

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月	ごはん 豚肉のみそ炒め あっさり煮 みそ汁	豚肉、玉葱、もやし、人参 生揚げ、じゃがいも、大根 ごぼう、ねぎ、蒟蒻 わかめ、ねぎ	E 259/324 P 11.8/14.8 F 3.7/4.6 食塩 1.6	牛乳 ビスケット せんべい	17水	ツナごはん 豚肉とほうれん草の 和風サラダ みそ汁	ツナ、豚肉、ほうれん草 トマト、生姜、ごま油 南瓜、玉葱	E 257/322 P 8.7/11.0 F 5.1/6.3 食塩 1.4	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳)	
2火	発芽玄米ごはん 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、人参、もやし ごま なす、油揚げ	E 205/257 P 10.1/12.7 F 1.7/2.1 食塩 1.5	牛乳 豆腐ドーナツ	18木	わかめごはん なすの酢豚 トマトと胡瓜のナムル みそ汁 ヤクルト	わかめ、なす、豚肉、玉葱 人参、ケチャップ トマト、胡瓜、鶏がらスープの素 大根、えのき	E 285/356 P 7.8/9.8 F 6.6/8.3 食塩 2.1	牛乳 梨ケーキ	
3水	スタミナ丼 トマトサラダ 春雨スープ オレンジ	豚肉、ニラ、人参、しめじ 玉葱、生姜、にんにく ごま油、ほうれん草 えのき、卵、春雨	E 286/358 P 11.7/14.6 F 5.7/7.1 食塩 1.2	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)	19金	煮込みうどん 南瓜のそぼろあんかけ すいか	うどん、ねぎ、しめじ、舞茸 油揚げ、ほうれん草 南瓜、鶏肉	E 278/346 P 11.4/14.2 F 6.8/8.1 食塩 2.0	牛乳(2~5歳) かぼちゃパノア 麦茶(0.1歳) ヨーグルト、せんべい	
4木	ごはん 筑前煮 小松菜とハムのドレッシング和え みそ汁	鶏肉、筍、蓮根、蒟蒻 人参、大根、干しシタケ 小松菜、ハム、卵、ごま油 わかめ、豆腐	E 236/296 P 8.1/10.2 F 5.5/6.8 食塩 1.4	牛乳 サブレ せんべい 小魚(3~5歳)	20土	和風スパゲティ すまし汁	スパゲティ、ベーコン、玉葱 しめじ、舞茸、ほうれん草 めんつゆ 万ねぎ、豆腐	E 211/264 P 8.1/10.1 F 6.7/8.5 食塩 1.5	牛乳 サブレ せんべい	
5金	サラダうどん 南瓜の信田煮 バナナ	稲庭うどん、ツナ、胡瓜 トマト、マヨネーズ、めんつゆ 油揚げ、南瓜、いんげん 人参、干しシタケ	E 207/259 P 5.4/6.8 F 4.2/5.3 食塩 1.9	牛乳(2~5歳) フルーツポンチ 麦茶(0.1歳) ヨーグルト、せんべい	21日					
6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 クッキー せんべい	22月	ごはん 豆腐入り鶏みそつみれ 胡瓜の華風和え みそ汁	豆腐、鶏肉、生姜、ねぎ 卵、パン粉、スキムミルク、みそ わかめ、もやし、コン、ごま 胡瓜、ごま油、キャベツ、油揚げ	E 276/346 P 11.0/13.8 F 7.1/8.8 食塩 2.1	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳)	
7日										
8月	ゆかりごはん 鶏のさっぱり煮 小松菜のじゃこ和え みそ汁 オレンジ	ゆかり、鶏肉、生姜 小松菜、人参、じゃこ ごま油 わかめ、ねぎ	E 280/349 P 11.5/14.5 F 6.5/8.4 食塩 1.8	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳)	24水	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 鶏ささみ、胡瓜、もやし ごま、みそ わかめ、えのき	E 236/295 P 7.8/9.9 F 2.4/3.0 食塩 1.6	牛乳 さつまいもと チーズの蒸しパン	
9火	雑穀米ごはん 鮭のバター醤油焼き りんごサラダ みそ汁	おおか、鮭、バター りんご、キャベツ、胡瓜 人参 なす、油揚げ	E 243/305 P 11.8/14.9 F 5.3/6.6 食塩 1.2	麦茶 ヨーグルト せんべい	25木	ごはん タンダーリーチキン キャベツの甘酢あえ みそ汁	鶏肉、にんにく、生姜、ソース ケチャップ、カレー粉、ヨーグルト キャベツ、人参、胡瓜、ツナ ねぎ、豆腐	E 293/367 P 10.5/13.2 F 9.9/12.4 食塩 1.0	牛乳 ぶどうパン	
10水	カレーライス コーンサラダ すまし汁	豚肉、人参、玉葱、なす 南瓜、カレールウ キャベツ、胡瓜、コン 小松菜、豆腐	E 314/394 P 10.3/12.8 F 9.2/11.5 食塩 1.3	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)	26金	ロールサンド (ウインナー、ジャム) ポトフ オレンジ	ロールパン、ウインナー、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 ニラせんべい	
11木	山の日									
12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 バナナ	豚肉、人参、玉葱、ビーマン 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 245/307 P 8.4/10.5 F 4.6/5.6 食塩 1.5	牛乳 サブレ せんべい 小魚(3~5歳)	28日					
13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 ビスケット せんべい	29月	ごはん 豆腐ハンバーグ ポテトサラダ みそ汁	豆腐、豚肉、玉葱、しめじ 舞茸、卵、パン粉、ケチャップ ソース、じゃが芋、人参、ハム マヨネーズ、わかめ、ねぎ	E 370/463 P 12.9/16.2 F 10.8/13.7 食塩 2.0	麦茶 ヨーグルト せんべい	
14日										
15月	ふりかけごはん 鶏の香り焼き ひじきサラダ みそ汁	のりたま、玉葱、レモン、パセリ ひじき、キャベツ、人参、胡瓜 わかめ、ねぎ	E 277/346 P 10.5/13.1 F 9.1/11.4 食塩 1.6	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)	31水	チャーハン チーズ入りトマトサラダ オニオンスープ	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 ココアバナナマフィン	
16火	鮭寿司 スパゲティサラダ みそ汁 オレンジ	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 なす、油揚げ	E 289/361 P 8.5/10.8 F 8.6/11.0 食塩 0.9	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。

【鮮度がポイント。栄養豊富なとうもろこし♡】

とうもろこしはタンパク質、脂質、糖質をバランスよく含み、さらにビタミンB1、E、食物繊維が豊富です。収穫されたとうもろこしはすぐに鮮度が落ちてしまうので、購入したら早めに食べるのがおすすめです。ゆでる、焼く、蒸す、炒めるなど、一番おいしいこの時期にいろいろな調理法で楽しみましょう。

8月 離乳食 献立表

(令和4年7月29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 みそ汁(わかめ、ねぎ) ヨーグルト ビスケット	鶏肉、玉葱、もやし 人参、大根、ねぎ 醤油、砂糖、煮干、鰹節 みそ、わかめ、ねぎ	ごはん 豚肉のみそ炒め あつさり煮 みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい	17	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 クッキー	鶏ひき肉、ほうれん草 トマト、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 南瓜、玉葱	ツナごはん 豚肉とほうれん草の和風サラダ みそ汁 牛乳 クッキー、せんべい
2	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	からすライ、もやし、人参 ほうれん草、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 なす	発芽玄米ごはん 煮魚 三色ごま和え みそ汁 牛乳 豆腐ドーナツ	18	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 梨蒸しパン	鶏ひき肉、玉葱、人参 なす、トマト、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 大根、えのき	わかめごはん なすの酢豚 オレンジ トマトと胡瓜のナムル みそ汁 牛乳 クッキー
3	お粥 玉葱煮 さつま芋煮 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、キャベツ、人参 玉葱、トマト、しめじ 醤油、砂糖 煮干、鰹節、春雨	スタミナ丼 トマトサラダ 春雨スープ オレンジ 牛乳 クッキー、せんべい	19	お粥 玉葱煮 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 せんべい	うどん、ねぎ、舞茸 しめじ、ほうれん草 煮干、鰹節、醤油 南瓜、砂糖	煮込みうどん 南瓜のそぼろあんかけ スイカ 麦茶 ヨーグルト、せんべい
4	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、豆腐) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、人参、大根 筍、小松菜、醤油 砂糖、煮干、鰹節、味噌 わかめ、豆腐	ごはん 雑前煮 小松菜とハムのドレッシング和え みそ汁 牛乳 サブレ、せんべい	20				和風スパゲティ すまし汁 牛乳 サブレ、せんべい
5	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 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、人参 煮干、鰹節、醤油 南瓜、砂糖	サラダうどん 南瓜の信田煮 バナナ 麦茶 ヨーグルト、せんべい	21				
6				冷麦 じゃがいもとベーコンのバター炒め 牛乳 クッキー、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 みそ汁(キャベツ) ヨーグルト クッキー	鶏ひき肉、豆腐、ねぎ もやし、人参、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、キャベツ	ごはん 豆腐入り鶏味噌つみれ 胡瓜の華風和え みそ汁 牛乳 クッキー、せんべい
7					23	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 せんべい	からすライ、じゃがいも 人参、玉葱、醤油 砂糖、煮干、鰹節、味噌 大根	発芽玄米ごはん 魚のバーキュー焼き ジャーマンポテト みそ汁 牛乳 ぶどうパン
8	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、小松菜 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 わかめ、ねぎ	ゆかりごはん 鶏のさっぱり煮 小松菜のじゃこ和え みそ汁 オレンジ 牛乳 ビスケット、せんべい	24	お粥 玉葱煮 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 さつまいも蒸しパン	鶏ひき肉、人参、 もやし、醤油、砂糖 煮干、鰹節、わかめ えのき	ひじきごはん ささみと胡瓜のごまみそ和え すまし汁 バナナ 牛乳 さつまいもとチーズの蒸しパン
9	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	鮭、キャベツ、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 なす	雑穀米ごはん 鮭のバター醤油焼き りんごサラダ みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい	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(豆腐、ねぎ) ヨーグルト 食パン	鶏ひき肉、キャベツ 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 豆腐、ねぎ	ごはん タンドライーチキン キャベツの甘酢和え みそ汁 牛乳 ぶどうパン
10	お粥 玉葱煮 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(小松菜、豆腐) ヨーグルト クッキー	鶏ひき肉、キャベツ、人参 南瓜、玉葱、なす 醤油、砂糖、豆腐 煮干、鰹節、小松菜	カレーライス コーンサラダ すまし汁 牛乳 クッキー、せんべい	26	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 鶏ひき肉、じゃがいも 人参、キャベツ、玉葱 コンソメ	ロールサンド (ウインナー、ジャム) ポトフ オレンジ 牛乳 ニラせんべい
11					27				冷やしうどん じゃがいものそぼろ煮 牛乳 クッキー、せんべい
12	お粥 人参煮 じゃがいも煮 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、玉葱、人参 キャベツ、醤油 煮干、鰹節 からすライ、砂糖	ミートソーススパゲティ フレンチサラダ たまごスープ バナナ 牛乳 サブレ、せんべい	28				
13				そうめん さつまいもの甘煮 牛乳 ビスケット、せんべい	29	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 クッキー	鶏ひき肉、玉葱、人参 しめじ、舞茸、豆腐、醤油 砂糖、煮干、鰹節、味噌 わかめ、ねぎ	ごはん 豆腐ハンバーグ ポトフサラダ みそ汁 オレンジ 麦茶 ヨーグルト、せんべい
14					30	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	鮭、もやし、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 なす	雑穀米ごはん 鮭のみそマネース焼き もやしサラダ みそ汁 牛乳 おふの黒糖スナック
15	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 クッキー	鶏ひき肉、キャベツ 人参、醤油、砂糖 玉葱、煮干、鰹節 わかめ、ねぎ	ふりかけごはん 鶏の香り焼き ひじきサラダ みそ汁 牛乳 クッキー、せんべい	31	お粥 玉葱煮 さつま芋煮 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 バナナ蒸しパン	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 バナナ 牛乳 ココアバナナマフィン
16	お粥 玉葱煮 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(なす) ヨーグルト せんべい	鮭、じゃがいも 醤油、砂糖 煮干、鰹節、みそ なす	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					

※ 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。