



## じょうぶな子、げんきな子



毎日少しずつ、本格的な秋が近づいてきているのを感じています。周りの木々、風や雲の変化も見え始め、深まっていく秋を観察するのが楽しみです。  
10月は、運動会、遠足、お芋ほりと楽しい行事がたくさんあります。気温差の大きい季節でもありますので、体調を崩さないように気を付けていきましょう。



### 3・4・5才児 遠足のおしらせ

10月21日(金)市川動植物園 雨天時鳥の博物館&プラネタリウムを予定しております。  
当日はお弁当のご用意をお願いいたします。



### 10月の行事予定

- |                                      |                                      |
|--------------------------------------|--------------------------------------|
| 2日(土) 布団乾燥                           | 18日(火) 0・1・2才運動会ごっこ(雨天時25日に延期)       |
| 3日(月) 運動会リハーサル(3・4・5才)<br>(雨天時4日に延期) | 19日(水) 体育指導                          |
| 5日(水) 体育指導                           | 20日(木) 絵本・納入袋配布 / 身体測定<br>絵画教室(2・3才) |
| 8日(土) 第47回運動会(3・4・5才)                | 21日(金) バス遠足(3・4・5才はお弁当持参)            |
| 9日(日) 運動会予備日                         | 24日(月) 誕生会                           |
| 10日(月) スポーツの日                        | 27日(木) 芋ほり(3才園庭)<br>絵画教室(4・5才)       |
| 12日(水) 体育指導                          | 28日(金) お芋ほり(4・5才 石川園)<br>雨天時31日に延期   |
| 13日(木) 歯科検診                          | リトミック(1・2・3才)                        |
| 14日(金) 避難訓練(予告なし)                    | 31日(月) 園だより・献立表配信                    |
| 15日(土) 布団乾燥                          |                                      |
| 17日(月) 英語教室                          |                                      |

### 今月の保育目標

- たんぽぽ 一 季節の変化や気温差に留意しながら健康に過ごす。  
戸外遊びを通して秋の自然に触れる。
- も も 一 秋の自然に触れながら、身体を動かし戸外遊びを楽しむ。  
簡単な身の周りの事を自分でしようとする。
- ちゅうりっぷ 一 運動会ごっこに楽しく参加する。  
秋の自然に触れ、身体を動かして元気に遊ぶ。
- さくら 一 運動会に楽しく参加し、やり遂げた充実感を味わう。  
秋の自然に触れ季節の変化に興味を持つ。
- ひまわり 一 散歩を通して秋の自然に触れ、季節の変化や自然に興味をもつ。  
友達と楽しく行事に参加し、意欲的に取り組む。
- ゆり 一 運動会練習を通して友達との関わりを深め、共通の目的を持って活動する。  
季節の変化に興味を持ち、発見や調べものを楽しみながら遊びの中で関心を深める。



### お知らせとお願い

- さくらメールや、貼りだしのお知らせは必ず目を通し、ご確認ください。
- 朝夕と日中の気温差があるので、調節しやすい衣類をご用意ください。
- 持ち物には記名を忘れずをお願いします。
- 絵本代・給食費・ノート代は、お釣りのない様にご用意ください。



# クラス通信

10月



## たんぽぽ組 (0才児)

過ごしやすい日が多くなってきました。食欲の秋の言葉通り「食べたい」と意欲たっぷりの子ども達。スプーンを握ってご飯をすくおうとしたり、好きなメニューをあっという間に間食したりと食べる事も一生懸命です。

お部屋ではふれあい遊び「バスにのって」「きゅうりができた」の曲に合わせて身体を揺らしたり自由に表現することを楽しんでいきます。10月はたんぽぽ組初めての運動会ごっこの練習を楽しんで行っています。

これから昼夜の気温差がある季節なので健康面には十分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)

9月に入り運動会の練習もがんばって取り組んでいるさくら組です。補修工事中は支援室での生活に不自由ながらもしっかり順応して過ごしてくれました。お部屋移動ありがとうございました。

10月はいよいよ運動会、おゆうぎの他、大きなバルーンも使って披露する予定です。かわいい子ども達の姿を発表できるのが楽しみです。

バス遠足や、お芋ほり等の行事も良い経験になりますように。

体調に気を付けながら無理なく楽しく過ごしていきたいと思います。



## もも組 (1才児)

残暑もまだ厳しいようですが、ふとしたところに秋の気配が感じられます。お散歩に行くと、どんぐりを見つけて拾ったり、落ち葉を踏み、感触や音を楽しみながら、秋の訪れを感じているもも組さんです。

運動会ごっこに向けての練習では、ゴールに向かって楽しそうに走っている姿が、とても可愛らしく、運動遊びでは、小さな身体を目一杯動かしながら、一生懸命に取り組んでいます。今後も、子ども達のやる気を大切にしながら頑張っていきたいと思います。日々の気温の変化に気を配りながら、子ども達と、無理のないように元気に過ごしていきたいと思います。



## ひまわり組 (4才児)

風が気持ちよく、少しずつ秋らしさを感じるようになりました。こども達は毎日運動会の練習を頑張っています。大好きな旗体操は歌を覚え、遊びながら歌っている子も多いです。自由遊びの時間に音楽を流すと、部屋の端のほうで、黙々と、自主練をしている姿もあり、その姿がとても可愛く微笑ましいです。もう一つのお遊戯も楽しい音楽なので、ひまわりさんらしく、元気に楽しく練習しているので、楽しみにしててください！気温差が大きく体調を崩しやすくなるので、引き続き体調管理に気をつけて過ごし、いろいろな行事に楽しく参加していきたいと思います。



## ちゅうりっぷ組 (2才児)

だんだんと過ごしやすくなってきましたね。10月は、「食欲の秋」「読書の秋」「スポーツの秋」に適した時期ですね。スポーツの秋と言えば...運動会ごっこ!!運動会の練習のお遊戯では、曲が流れると笑顔で楽しく踊る子どもたちです。まだ、練習を始めたばかりですが、先生の話をよく聞き子どもたちなりに一生けんめい隊形移動の練習をしています。少々固まる姿もみられますが、ちゅうりっぷ組らしく可愛い姿を暖かく見守ってください。

気温差もあり、体調を崩しやすい時期になりますので引き続き体調管理に気をつけ、秋を感じながら元気に過ごしていきたいです。



## ゆり組 (5才児)

朝・夕は少し肌寒くなり、段々と秋らしくなってきましたね。子ども達は今、運動会に向けて毎日練習に励んでいます。組体操では、一人技から二人・三人・四人技と一つ一つの技を小さな身体で力を振り絞り、一生懸命頑張って取り組んでいます。友達と協力する姿には、練習からつい目頭が熱くなってしまいう日々です。お遊戯も早い動きや格好い動きをみんなでそろえようと張り切って練習してくれています。保育園最後の運動会、最年長としてどんな姿を見せてくれるのか今から楽しみです。当日までの間、引き続き子ども達の応援をよろしくお願い致します。

今月は運動会の他、お芋ほりやバス遠足等行事が盛り沢山です。



## 今月の給食レシピ マセドアンサラダ



### 材料

じゃがいも・・・1個  
人参・・・1/2個  
胡瓜・・・1/2個  
ハム・・・2枚  
チーズ・・・20g (QBBベビーチーズ2個くらい)  
塩胡椒・・・適量  
マヨネーズ・・・大さじ3～4

### 作り方

①材料を全て1cm程のさいの目切りにする。  
②じゃがいも、人参をレンジで加熱する。  
③じゃがいもと人参が冷めたら、他の食材、塩胡椒、マヨネーズと一緒に和える。



## ほけんだより



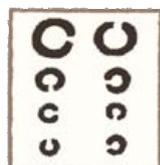
## 10月10日 目の愛護DAY

子どもの目は毎日発達していて 両目の視力機能は6歳頃にほぼ完成と言われています。その後の視力が低下するのは 幼い頃の姿勢や体の動かし方が関係しているそうです。自然の中で十分に遊ばせ 外の景色をたくさん見せることでお子さまの視力を育てていきましょう。

### こんな見方は注意信号！

- テレビや絵本に近づいて見る
- 明るい戸外でまぶしがる
- 目を細めて見る
- 上目遣いに物を見る
- 目つきが悪い、目が寄っている
- 見る時に首を曲げたり、頭を傾けたりする

このような症状が見られると斜視や弱視の可能性が考えられます。子どもは視力が悪いことを自覚出来ないため このような症状がないか普段から気にかけて見るようにして下さい。







# 10月 給食予定献立表 (なのはな用幼児食)

(4年9月30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 土	親子丼 すまし汁	鶏肉、卵、ねぎ、しめじ 舞茸、玉葱 万ねぎ、豆腐	E 223/279 P 11.7/14.6 F 3.5/4.4 食塩 1.4	牛乳 ビスケット せんべい	17 月	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、卵、ナルト キャベツ、トマト、チーズ わかめ、玉葱、コンソメ	E 236/296 P 8.2/10.3 F 6.0/7.5 食塩 1.4	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)
2 日					18 火	発芽玄米ごはん 魚のバーベキュー焼き れんこんサラダ みそ汁	のりたま、カラスカイ、りんご 片栗粉、蓮根、キャベツ 人参、ハム、ごま、マヨネーズ 大根、えのき	E 254/318 P 10.7/13.3 F 4.8/5.9 食塩 1.4	牛乳 マカロニあべかわ
3 月	ごはん 鶏の甘辛唐揚げ ブロッコリー、ブナト みそ汁	鶏肉、生姜、にんにく 小麦粉、片栗粉 ブロッコリー、ブナト、マヨネーズ 大根、えのき	E 379/475 P 12.9/16.3 F 15.1/18.9 食塩 1.6	麦茶 ヨーグルト せんべい	19 水	カレーライス キャベツの甘酢和え すまし汁 バナナ	豚肉、じゃがいも、人参 玉葱、カレールウ、ツナ キャベツ、小松菜、豆腐	E 362/454 P 9.2/11.5 F 11.5/14.3 食塩 2.2	牛乳 ブルーベリーチーズサンド
4 火	発芽玄米ごはん 魚の利久焼き ほうれん草のおかか和え みそ汁 オレンジ	のりおかか、カラスカイ 白ごま、ほうれん草 人参、もやし、鰹節 キャベツ、油揚げ	E 253/317 P 12.4/15.4 F 4.7/5.9 食塩 1.4	牛乳 サブレ せんべい 小魚(3~5歳)	20 木	さんまごはん 青菜の豆腐和え みそ汁 オレンジ	さんま、生姜 ほうれん草、豆腐、ごま ごま油、わかめ、ねぎ	E 311/389 P 10.7/13.2 F 9.6/12.1 食塩 1.7	麦茶 ヨーグルト せんべい
5 水	スタミナ丼 胡瓜の華風和え みそ汁	豚肉、ニラ、玉葱、しめじ 人参、生姜、にんにく、片栗粉 ごま油、わかめ、胡瓜、もやし ごま、コーン、豆腐、ねぎ	E 281/352 P 12.5/15.5 F 6.9/8.5 食塩 2.3	牛乳 ウインナーパン	21 金	バス遠足 3~5歳児...お弁当持参 煮込みうどん 0~2歳児...給食あり			牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳)
6 木	ゆかりごはん 肉じゃが 小松菜とハムのドレッシング和え みそ汁	ゆかり、豚肉、じゃがいも 人参、玉葱、しらたき 小松菜、ハム、卵、ごま油 大根、えのき	E 256/321 P 8.8/11.2 F 7.8/9.8 食塩 1.4	牛乳 バタースティックパン	22 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
7 金	焼きそば ブロッコリーのごま酢和え すまし汁 バナナ	中華麺、豚肉、キャベツ、人参 もやし、ピーマン、ブロッコリー 竹輪、ごま ニラ、卵	E 261/326 P 8.8/11.2 F 7.8/9.8 食塩 1.4	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)	23 日				
8 土	チーズサンド ジャムサンド コーンスープ	食パン、チーズ、苺ジャム コーンスープの素	E 268/338 P 8.9/11.1 F 9.3/11.6 食塩 1.5	牛乳 ビスケット せんべい	24 月	ごはん ひじき入りりやきハバーグ ポパイサラダ みそ汁 ヤクルト	豚肉、豆腐、ひじき、人参 いんげん、卵、パン粉 ほうれん草、えのき キャベツ、油揚げ	E 308/386 P 10.3/13.1 F 7.0/8.7 食塩 1.7	牛乳 サブレ せんべい 小魚(3~5歳)
9 日					25 火	鮭寿司 スパゲティサラダ なめこ汁	紅鮭、胡瓜、卵、ごま 海苔、サラスパ、りんご、ハム マヨネーズ、みかん缶 なめこ、豆腐、ねぎ	E 276/344 P 8.6/10.9 F 8.5/10.8 食塩 0.8	牛乳(2~5歳) サイダーゼリー 麦茶(0.1歳) ヨーグルト、せんべい
10 月	ス ポ ー ツ の 日				26 水	麻婆豆腐丼 もやしサラダ 春雨スープ 柿	豚肉、豆腐、人参、椎茸、玉葱 生姜、にんにく、味噌、ごま油 もやし、胡瓜、卵、春雨	E 334/418 P 12.1/15.2 F 9.9/12.3 食塩 1.5	牛乳 ぶどうパン
11 火	雑穀米ごはん 鮭の塩こうじ焼き 切干大根のサラダ みそ汁	のりたま、鮭、塩麴 切干大根、人参、胡瓜 ツナ、マヨネーズ、ごま わかめ、ねぎ	E 264/331 P 12.6/15.9 F 6.2/7.8 食塩 1.2	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳)	27 木	コーンバターライス タンドリーチキン トマトサラダ みそ汁	コーン缶、バター、コンソメ、鶏肉 にんにく、カレー粉、ソース ケチャップ、ヨーグルト、キャベツ トマト、胡瓜、大根、えのき	E 268/336 P 9.8/12.3 F 7.2/8.7 食塩 1.4	牛乳 ぱりぱりカルシウム
12 水	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 キャベツ、油揚げ	E 243/303 P 8.7/10.9 F 5.0/6.3 食塩 1.7	牛乳 バナナケーキ	28 金	ロールサンド (ハムチーズ、ジャム) 秋野菜のシチュー バナナ	ロールパン、ハム、チーズ、マヨネーズ いちごジャム、鶏肉、ほうれん草 人参、玉葱、しめじ、さつまい 牛乳、シチュールウ	E 391/489 P 11.8/14.9 F 13.5/16.9 食塩 1.5	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)
13 木	ごはん 筑前煮 わかめの酢の物 みそ汁 バナナ	鶏肉、筍、蓮根、大根 人参、干しシイタケ、蒟蒻 わかめ、カニカマ、胡瓜 豆腐、ねぎ	E 216/271 P 7.5/9.4 F 6.8/8.4 食塩 1.5	牛乳(2~5歳) パニラババロア 麦茶(0.1歳) ヨーグルト、せんべい	29 土	中華丼 すまし汁	豚肉、白菜、人参、玉葱 舞茸、うずらの卵 豆腐、チンゲン菜	E 228/284 P 8.0/10.0 F 4.4/5.5 食塩 1.0	牛乳 クラッカー せんべい
14 金	ナポリタン コーンサラダ たまごスープ	スパゲティ、人参、ピーマン 玉葱、トマト缶、ケチャップ にんにく、ベーコン、キャベツ 胡瓜、コーン、卵、ねぎ、コンソメ	E 261/326 P 7.6/9.5 F 6.8/8.4 食塩 2.2	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳)	30 日				
15 土	煮込みうどん さつまいもの甘煮	うどん、ねぎ、しめじ 舞茸、ほうれん草 油揚げ、さつまいも	E 166/208 P 5.4/6.7 F 3.2/4.0 食塩 1.2	牛乳 サブレ せんべい 小魚(3~5歳)	31 月	わかめごはん 鶏のレモン醤油かけ 小松菜のじゃこ和え みそ汁	わかめ、鶏肉、レモン 生姜、片栗粉 小松菜、人参、じゃこ ごま油、キャベツ、油揚げ	E 261/325 P 14.8/18.5 F 4.4/5.3 食塩 2.2	牛乳 おぼけマシュマロと ココアのマフィン
16 日					※  は新メニューになります。				

※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。

※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。

【血液をサラサラにするさんま】

さんまには血液をサラサラにする成分であるDHA(ドコサヘキサエン酸)とDHA(エイコサペンタエン酸)が多く含まれています。

塩焼き、生姜煮、炊き込みご飯、蒲焼きなどで味わってみてください。



# 10月 離乳食予定献立表 (なのはな用離乳食)

(4年9月30日)  
金ヶ作保育園

日 曜	中期 後期		離乳食・材料	完了期		日 曜	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			午後おやつ	
1 土				親子丼 すまし汁 牛乳 ビスケット、せんべい		17 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 オニオンスープ ヨーグルト せんべい	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 牛乳 クッキー、せんべい	
2 日											
3 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(キャベツ) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、ブロッコリー トマト、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 キャベツ	ごはん 鶏の甘辛唐揚げ ブロッコリー、フチトマト みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい		19 水	お粥 ほうれん草煮 さつまいも煮 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	鶏ひき肉、じゃがいも 人参、玉葱、醤油 砂糖、鰹節、煮干 わかめ、えのき	カレーライス キャベツの甘酢和え すまし汁 パナナ 牛乳 ブルーベリーチーズサンド	
4 火	お粥 玉葱煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 白身魚と野菜の煮物 みそ汁(キャベツ) ヨーグルト クッキー	カラスカレイ、ほうれん草 人参、もやし、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、豆腐、ねぎ	発芽玄米ごはん みそ汁 魚の利休焼き オレンジ ほうれん草のおかか和え 牛乳 サフレ、せんべい		20 木	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 せんべい	鮭、ほうれん草、豆腐 醤油、砂糖 鰹節、煮干、味噌 大根	さんまごはん 青菜の豆腐和え みそ汁 オレンジ 麦茶 ヨーグルト、せんべい	
5 水	お粥 ほうれん草煮 さつまいも煮 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 せんべい	鶏ひき肉、キャベツ、人参 玉葱、しめじ、醤油 砂糖、鰹節、煮干 味噌、豆腐、ねぎ	スタミナ丼 胡瓜の華風和え みそ汁 牛乳 ウィンナーパン		21 金	お粥 玉葱煮 南瓜煮 野菜スープ	煮込みうどん かぼちゃの甘煮 ヨーグルト ビスケット	うどん、鶏ひき肉、ねぎ ねぎ、しめじ、舞茸 醤油、鰹節、煮干	煮込みうどん かぼちゃの甘煮 牛乳 クッキー、せんべい	
6 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 みそ汁(大根、えのき) ヨーグルト 食パン	鮭、キャベツ、人参 醤油、砂糖 鰹節、煮干、味噌 大根、えのき	ゆかりごはん 肉じゃが みそ汁 小松菜とハムのドレッシング和え 牛乳 バタースティックパン		22 土			焼肉丼 すまし汁 牛乳 ビスケット、せんべい		
7 金	お粥 玉葱煮 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、鶏ひき肉 人参、キャベツ、もやし 鰹節、煮干、醤油 カラスカレイ、砂糖	焼きそば ブロッコリーのごま酢和え すまし汁 パナナ 牛乳 クッキー、せんべい		23 日					
8 土				チーズサンド ジャムサンド コーンスープ 牛乳 ビスケット、せんべい		24 月	お粥 玉葱煮 南瓜煮 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、豆腐、人参 ほうれん草、えのき 醤油、砂糖、鰹節 煮干、味噌、キャベツ	ごはん ひじき入りりやきハンバーグ ホハイサラダ みそ汁 牛乳 サフレ、せんべい	
9 日											
10 月	<b>スポーツの日</b>										
11 火	お粥 玉葱煮 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	鮭、切干大根、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 わかめ、ねぎ	雑穀米ごはん 鮭の塩こうじ焼き 切干大根のサラダ みそ汁 牛乳 クッキー、せんべい		27 木	お粥 玉葱煮 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、キャベツ トマト、醤油、砂糖 鰹節、煮干、味噌 大根、えのき	コーンバターライス タンドリーチキン トマトサラダ みそ汁 牛乳 ばりばりカルシウム	
12 水	お粥 玉葱煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 白身魚と野菜の煮物 みそ汁(キャベツ) ヨーグルト パナナ蒸しパン	鶏ひき肉、ほうれん草 トマト、醤油、砂糖 鰹節、煮干、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 オレンジ 牛乳 パナナケーキ		28 金	お粥 ほうれん草煮 さつまいも煮 野菜スープ	食パン(パン粥) ポトフ ヨーグルト クッキー	食パン、粉ミルク 鶏ひき肉、じゃがいも 人参、玉葱、キャベツ コンソメ	ロールサンド (ハムチーズ、ジャム) 秋野菜のシチュー 牛乳 クッキー、せんべい	
13 木	お粥 ほうれん草煮 さつまいも煮 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 ビスケット	鶏ひき肉、人参、筍 醤油、砂糖 鰹節、煮干、味噌 豆腐、ねぎ	ごはん 筑前煮 わかめの酢の物 みそ汁 パナナ 麦茶 ヨーグルト、せんべい		29 土			中華丼 すまし汁 牛乳 クッキー、せんべい		
14 金	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 せんべい	うどん、鶏ひき肉 人参、玉葱、キャベツ 煮干、鰹節、醤油 カラスカレイ、砂糖	ナポリタン コーンサラダ たまごスープ 牛乳 ビスケット、せんべい		30 日					
15 土				煮込みうどん さつまいもの甘煮 牛乳 サフレ、せんべい		31 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 すまし汁(大根、えのき) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、小松菜 人参、醤油、砂糖 鰹節、煮干、味噌 大根、えのき	わかめごはん 鶏のレモン醤油かけ 小松菜のじゃこ和え みそ汁 牛乳 おばけマシュマロとココアのマフィン	
16 日											

※                      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。