



じょうぶな子、げんきな子

毎日、大変暑い日が続きよいよ、夏本番ですね。今年は、出かける機会も多くなりますね。睡眠不足や体の疲れが熱中症の引き金にもなります。こまめな水分補給と普段からの体調管理を心がけましょう。

感染症も流行る時期ですので、プール・水遊びは、健康表が○印であっても、その時の子どもの様子や体調の様子を見て、中止したり、汗を流す程度にする事があります。



色々な感染症が流行しています。病院を受診した時には保育園に通っていることを伝え、どのような症状が治まったら登園してよいか等、当園の目安を聞いてみましょう。

8月の行事予定

1日(火) 視力検査(5才)
2日(水) 視力検査(4才)
5日(土) 布団乾燥
7日(月) 英語教室
10日(木) リトミック(4・5才)
11日(金) 山の日
15日(火) 避難訓練(不審者)
17日(木) リトミック(1~3才)
19日(土) 布団乾燥

21日(月) 身体測定 / 絵本・納入袋配布
22日(火) 絵画教室(2・3才)
23日(水) 梨狩り(3・4・5才)
24日(木) 梨狩り予備日 / 誕生会(3・4・5才)
25日(金) 誕生会(0・1・2才)
ゆり組デー(5才児)
29日(火) 絵画教室(4・5才)
31日(木) プール納め / 園便り・献立表配信

※今月の誕生会は0~2才・3~5才で日程が分かれています

今月の保育目標

たんぽぽ — 水遊びを楽しみ、気持ち良さや心地よさを味わう
ゆったりとした生活リズムで、健康に過ごす

も も — 水遊びを楽しみ、気持ち良さや心地よさを味わう
ゆったりとした生活リズムで、健康に過ごす

ちゅうりっぷ — 一人一人の体調に留意し、夏を健康で快適に過ごせるようにす
保育士や友達と一緒に夏ならではの遊びを楽しむ

さくら — 夏の生活の仕方が分かり、身の回りのことを自分でしようとする
夏ならではの遊びを、保育士や友達と一緒に楽しむ
遊びを通して友達とかかわり、自分の気持ちを言葉で伝えようとする

ひまわり — 季節を感じながら友達や保育士と夏の遊びを楽しむ
夏を健康に過ごす為の生活習慣を身に付ける

ゆり — 約束事を守り、水遊びを思い切り楽しむ
夏の遊びを楽しむ中で十分な休息を取りながら健康に過ごす
友達の思いや自分の気持ちを伝え合いながら遊ぶことを楽しむ

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。

●先日さくらメールにてお知らせいたしましたが、ゆり組お泊り会を「ゆりぐみデー」に変更いたします。ゆり組のみ、夜8時までの保育とし、花火等楽しいイベントを考えていきたいと思っております。詳細につきましては、後日お知らせいたします。





たんぽぽ組 (0才児)

毎日暑い日が続いてますが、暑い日は室内でのんびり過ごしたり、水遊びを楽しんでいます。水遊びでは初めからバシャバシャと手を出し楽しむ子もいますが、様子をうかがってから、少しずつ水に触れてみる子とさまざまです。無理せずその子に合わせて楽しめるように遊んでいます。先日の夏祭りでは、太鼓に合わせて手を叩いたり、お部屋の中で、アンパンマンのお面をつけて、ボールプールを楽しみました。盆踊りの練習も何度か行いましたが、一緒に手をたたいたり、足踏みしたりたんぽぽさんなりに楽しんでいる様子が見られました。まだまだ暑い日が続きますが熱中症や感染症に気を付けながら過ごしていこうと思います。



さくら組 (3才児)

暑中お見舞い申し上げます。
梅雨も明け、いよいよ夏本番！6月に子ども達と一緒に種を植えた朝顔も子ども達の笑顔に負けまいと、毎日きれいに花を咲かせています。先月は大きなプールに初めて入り、お約束事を守りながら水の心地良さを体験し大喜び。かわいい水着もファッションショーのように一人ひとり保育士に見せてくれました。夏祭りではひまわり組、ゆり組のお友達と一緒に盆踊りやゲームコーナーを楽しみ笑顔溢れる1日となりました。暑い日が続きますが、夏ならではの楽しみを子ども達と一緒に共有し体調面にも気を付けながら元気いっぱい過ごしていきたいと思っています。

* 自由参観へのご来園ありがとうございました。*



もも組 (1才児)

青空に輝く眩しい太陽の日差しと共に、夏がやってきました。先日夏祭りではワニワニ叩きで、ハンマーを夢中になって振り回す、可愛いもも組さんの姿が見られました。プールでは噴水マットの上で、マットから出てくる水に手を伸ばして触ったり、水車やカップ、バケツなどを使って遊んだり、それぞれが楽しみながら夏の遊びを満喫しています。また、室内では好きな絵本を見たり、電車やおままごとで遊んだり、のびのびと楽しみながら過ごしています。たくさん遊んで、いっぱい食べて、そしてしっかり休息を取りながら体調の変化に気を付けて、暑い夏を元気に過ごしていきたいと思っています。



ひまわり組 (4才児)

本格的な夏がやってきました！暑い日が続いていますが、毎日元気いっぱい過ごしている子ども達です。水分補給を進んで行ったり、暑い夏を健康に過ごす為の生活習慣も少しずつ身につけてきました。引き続き水遊びや夏ならではの遊びを楽しみながら元気に過ごしていきたいと思っています。先日の夏祭りでは他クラスとの縦割り交流を楽しみながらコーナーをまわりました。様々なゲームを楽しんだり、一つのアートを協力して作ったり・・・と、楽しい充実した時間になりました。最近では、皆で育てているトマトがどんどん赤くなり、収穫を楽しんだり又、自分達でとったトマトを味わうことで様々な食材に興味を持っているひまわり組です。「あま〜い」と、キラキラ笑顔を見せてくれるので、沢山の経験が出来るよう工夫していきたいです。

☆自由参観へのご来園、ありがとうございました。



ちゅうりっぷ組 (2才児)

今年も暑い夏がやってきましたね。暑さなど吹き飛ばすほど、元気いっぱいのちゅうりっぷのお友達！先日は夏祭りで太鼓を間近で聞き、音の大きさに驚いていました。その後のお店屋さんごっこではお面とかき氷を買って大喜びでした。今年の夏は、お祭りが開催される所も多くなっている様なので、もっとカッコいいお面や本物のかき氷など、縁日も楽しめるのではないかと思います。8月は夏本番。クラスでは水遊びをたくさん出来るようにしていきたいと思っていますので子ども達の体調に気を付けながら進めていきたいと思っています。



ゆり組 (5才児)

暑い日が続いていますが、毎日元気いっぱい過ごしている子ども達です。天気の良い日には大好きなプールに入れることを楽しみにしています。プールでは水で顔を濡らしたり、泳いでみたりと水の心地良さを存分に味わいながら楽しんでいます。引き続き、安全面に気をつけながら楽しみたいと思います。夏まつりではゆり組さんだけ特別にハッピーを着て参加しました！明尽苑の太鼓、盆踊り、スイカ割り、お菓子すくい、キラキラすくい、干本引き・・・楽しい事盛りだくさんで大盛り上がり子ども達でした！8月は梨狩りにゆり組デーがあります。色々なイベントを楽しみながら、みんなで協力して行う達成感を得たり、自信や自立心につながればと思います。今後も水分や休息を十分に取って過ごしていきたいと思っています。

給食室より

マーブル蒸しパン

材料

ホットケーキミックス・・・150g
 純ココア・・・小さじ2
 卵・・・1ヶ
 牛乳・・・90ml
 砂糖・・・大さじ2
 サラダ油・・・大さじ1弱

作り方

①卵、牛乳、砂糖をよく混ぜる。
 ホットケーキミックス、サラダ油を加えてさらに混ぜる。
 ②生地を1/4量を別の容器に移しココアを入れ混ぜる。
 ③カップに①の生地を流し入れ、上に②のココア生地をのせる。
 爪楊枝でマーブル模様を描き、蒸し器で蒸す。



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

- 散歩は帽子をかぶりできるだけ短時間にしましょう。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りましょう。
- 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5年7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 火	雑穀米ごはん 魚のパン粉焼き ブロッコリーのごま酢和え みそ汁	のりたま、鮭、マヨネーズ 粉チーズ、青のり、ブロッコリー 人参、竹輪、ごま わかめ、ねぎ	E 246/308 P 13.4/16.8 F 4.7/5.8 食塩 1.3	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)	17 木	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、ごま油、生姜 なす、油揚げ	E 224/281 P 8.3/10.5 F 5.1/6.4 食塩 1.4	牛乳 ふかいしも
2 水	夏野菜カレー トマトサラダ すまし汁 バナナ	豚肉、南瓜、なす、玉葱 人参、カレールウ、キャベツ トマト、胡瓜 小松菜、豆腐	E 348/437 P 10.6/13.3 F 9.3/11.6 食塩 1.3	牛乳 ぶどうパン	18 金	きつねうどん 南瓜の甘煮 すいか	うどん、卵、ナルト、油揚げ ほうれん草、ねぎ、舞茸 しめじ、南瓜	E 230/288 P 8.5/10.7 F 4.7/5.9 食塩 1.6	牛乳 きな粉蒸しパン
3 木	わかめごはん 豆腐入り鶏味噌つみれ チンゲン菜のおかか和え みそ汁	わかめ、鶏肉、豆腐、ねぎ 卵、パン粉、味噌、チンゲン菜 えのき、カニカマ、鯉節 キャベツ、油揚げ	E 256/320 P 11.8/14.7 F 5.1/6.3 食塩 1.8	牛乳 お麩のチーズスナック	19 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 サブレ せんべい
4 金	ミートソースパゲティ コーンサラダ 卵スープ オレンジ	スパゲティ、豚肉、玉葱、人参 ピーマン、片栗粉、ケチャップ ソース、キャベツ、胡瓜、コーン 卵、ねぎ、コンソメ	E 233/290 P 8.5/10.5 F 4.5/5.7 食塩 1.5	麦茶 ヨーグルト せんべい	20 日				
5 土	そうめん じゃが芋とベーコンのバター炒め	そうめん、胡瓜、みかん缶 めんつゆ じゃが芋、ベーコン、バター	E 221/276 P 8.2/10.2 F 5.1/6.4 食塩 1.4	牛乳 クラッカー せんべい	21 月	ごはん 肉じゃが 青菜の豆腐和え みそ汁	豚肉、じゃが芋、人参 玉葱、白滝、ほうれん草 豆腐、ごま、ごま油 わかめ、ねぎ	E 261/326 P 8.1/10.1 F 5.5/6.9 食塩 1.6	牛乳(2~5) ピーチゼリー 麦茶(0~1歳) ヨーグルト、せんべい
6 日					22 火	雑穀米ごはん 魚の利久焼き ひじきサラダ みそ汁 ヤクルト	おかか、カラスカレイ ごま、ひじき キャベツ、人参、胡瓜 なす、油揚げ	E 281/353 P 12.0/15.1 F 6.7/8.3 食塩 1.6	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)
7 月	ごはん 筑前煮 わかめの酢の物 みそ汁 オレンジ	鶏肉、人参、大根、蓮根 筍、蒟蒻、わかめ、カニカマ 胡瓜 キャベツ、油揚げ	E 230/288 P 7.6/9.5 F 2.8/3.5 食塩 1.5	牛乳(2~5歳) ヨーグルトパハロア 麦茶(0~1歳) ヨーグルト、せんべい	23 水	ごはん 鶏肉のマーメイド焼き さつまいもサラダ みそ汁	鶏肉、マーメイド'ジヤム さつまいも、人参、りんご 胡瓜、ハム、マヨネーズ ねぎ、豆腐	E 320/401 P 12.5/15.8 F 8.1/10.1 食塩 1.5	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳)
8 火	発芽玄米ごはん 魚の生姜焼き キャベツのごま和え みそ汁	のりおかか、鮭、生姜 キャベツ、人参、油揚げ ごま 豆腐、ねぎ	E 244/304 P 12.1/15.0 F 3.2/4.0 食塩 1.9	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳)	24 木	タコライス コーン粉ふきいも わかめスープ オレンジ	豚肉、玉葱、人参、キャベツ トマト、チーズ、ケチャップ、ソース カレー粉、にんにく、じゃが芋、コン パレリ、バター、わかめ、卵、コンソメ	E 230/288 P 11.6/14.6 F 10.8/13.6 食塩 2.2	牛乳 ごまドレッシング
9 水	ごはん 豚肉のケチャップ焼き 小松菜とコーンのバター醤油炒め みそ汁 バナナ	豚肉、人参、玉葱、しめじ ケチャップ、小松菜、しらす コーン、バター なす、油揚げ	E 311/389 P 10.9/13.9 F 8.9/11.0 食塩 1.9	牛乳 お豆腐マフィン	25 金	ロールサンド (ウインナー、ジャム) ポトフ バナナ	ロールパン、ウインナー、ケチャップ ソース、梅ジャム、じゃが芋、人参 玉葱、キャベツ、ベーコン、コンソメ	E 307/384 P 9.0/11.4 F 9.7/12.0 食塩 2.1	牛乳 エッグタルト
10 木	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、卵、ナルト、万ねぎ キャベツ、トマト、チーズ 玉葱、わかめ、コンソメ	E 236/296 P 8.2/10.3 F 6.0/7.5 食塩 1.4	牛乳 マカロニあべかわ	26 土	和風スパゲティ すまし汁	スパゲティ、ほうれん草 しめじ、舞茸、玉葱 めんつゆ、ベーコン 万ねぎ、豆腐	E 211/264 P 8.1/10.1 F 6.7/8.5 食塩 1.5	牛乳 クラッカー せんべい
11 金	山の日				27 日				
12 土	サンドイッチ (チーズ、ジャム) コーンスープ	食パン、チーズ、梅ジャム コーンスープの素	E 322/403 P 11.2/14.0 F 8.4/10.5 食塩 2.1	牛乳 サブレ せんべい	28 月	ゆかりごはん ひじき入りりやきハバーグ ポパイサラダ みそ汁	ゆかり、豚肉、豆腐、人参、 いんげん、玉葱、ひじき、卵 パン粉、片栗粉、ほうれん草 えのき、わかめ、ねぎ	E 277/347 P 9.6/12.2 F 6.5/8.2 食塩 1.7	麦茶 ヨーグルト せんべい
13 日					29 火	発芽玄米ごはん 魚のカレー焼き れんこんサラダ みそ汁 オレンジ	のりたま、カラスカレイ、生姜 カレー粉、蓮根、キャベツ 人参、ハム、マヨネーズ、ごま なす、油揚げ	E 256/321 P 10.8/13.5 F 4.9/6.2 食塩 1.9	牛乳 パタースティックパン
14 月	カレーライス トマトスープ	豚肉、じゃが芋、人参 玉葱、カレールウ 卵、ハム、トマト、片栗粉	E 298/372 P 8.8/11.0 F 8.3/10.3 食塩 2.0	牛乳 クッキー せんべい	30 水	ごはん 鶏のレモン醤油かけ 三色ごま和え みそ汁	鶏肉、レモン、生姜、片栗粉 ほうれん草、もやし、人参 ごま、キャベツ、油揚げ	E 241/301 P 13.4/16.9 F 3.1/3.8 食塩 1.5	牛乳 サブレ せんべい 小魚(3~5歳)
15 火	そうめん 南瓜のそぼろあんかけ	そうめん、胡瓜、みかん缶 めんつゆ 南瓜、鶏肉、片栗粉	E 253/316 P 11.4/14.2 F 3.2/4.0 食塩 1.7	牛乳 クラッカー せんべい	31 木	麻婆豆腐丼 トマトと胡瓜のナムル 春雨スープ	豚肉、豆腐、人参、玉葱 椎茸、味噌、片栗粉 にんにく、生姜、トマト、胡瓜 鶏ガラスープ、卵、春雨	E 322/403 P 11.6/14.5 F 10.8/13.4 食塩 1.3	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)
16 水	鮭寿司 スパゲティサラダ みそ汁	紅鮭、胡瓜、卵、ごま のり、サラスパ、りんご ハム、マヨネーズ、みかん缶 ねぎ、わかめ	E 267/333 P 7.8/9.8 F 8.1/10.3 食塩 1.0	牛乳 ビスケット せんべい	※	は新メニューです。			

※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。

【冷たい物の食べすぎ・飲みすぎに注意】

暑いとつい手が出てしまう冷たい物ですが、冷たい物の摂りすぎはおなかを冷やして様々なトラブルを招きます。

特にアイスクリームや炭酸飲料には砂糖が多く含まれ、食欲不振の原因にもなるため注意しましょう。

8月 離乳食 献立表

(令和5年7月31日
金ヶ作保育園)

日曜	初期	中期後期		完了期	日曜	初期	中期後期		完了期
		離乳食・材料	午後おやつ				離乳食・材料	午後おやつ	
1	お粥 人参煮 じゃが芋煮 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)	鮭、ブロッコリー、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 わかめ、ねぎ	雑穀米ごはん みそ汁 魚のパン粉焼き ブロッコリーのごま酢和え	17	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(なす)	鶏ひき肉、ほうれん草 トマト、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 なす	ツナごはん 豚肉とほうれん草の和風サラダ みそ汁 牛乳 ふかししいも
2	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 すまし汁(小松菜、豆腐)	鶏ひき肉、玉葱、南瓜 キャベツ、トマト、人参、なす 醤油、砂糖、煮干、鰹節 小松菜、豆腐	夏野菜カレー わかめごはん トマトサラダ すまし汁 パナナ	18	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	煮込みうどん 南瓜の甘煮	うどん、ねぎ、しめじ 舞茸、ほうれん草 煮干、鰹節、醤油 南瓜、砂糖	きつねうどん 南瓜の甘煮 すいか 牛乳 きな粉蒸しパン
3	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(キャベツ)	鶏ひき肉、チンゲン菜 えのき、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 キャベツ	わかめごはん 豆腐入り鶏味噌つみれ チンゲン菜のおかかあえ みそ汁	19				焼肉丼 すまし汁 牛乳 サブレ、せんべい
4	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	煮込みうどん 煮魚	うどん、人参、玉葱 キャベツ、醤油、鰹節 煮干、カラスカレイ、砂糖	ミートソーススパゲティ コーンサラダ 卵スープ オレンジ 麦茶 ヨーグルト、せんべい	20				
5			そうめん じゃが芋とベーコンのバター炒め	牛乳 クラッカー、せんべい	21	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(ねぎ、わかめ)	鶏ひき肉、人参、玉葱 じゃが芋、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 ねぎ、わかめ	ごはん 肉じゃが 青菜の豆腐あえ みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい
6					22	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(なす)	カラスカレイ、人参 キャベツ、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 なす	雑穀米ごはん 魚の利久焼き ひじきサラダ みそ汁 牛乳 クッキー、せんべい
7	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(キャベツ)	鶏ひき肉、人参、筍 大根、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 キャベツ	ごはん 筑前煮 わかめの酢の物 みそ汁 オレンジ 麦茶 ヨーグルト、せんべい	23	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(ねぎ、豆腐)	鶏ひき肉、さつまい 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 ねぎ、豆腐	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き さつまいもサラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい
8	お粥 ほうれん草煮 さつまいも煮 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)	鮭、キャベツ、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 豆腐、ねぎ	発芽玄米ごはん 魚の生姜焼き キャベツのごま和え みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい	24	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 わかめスープ	鶏ひき肉、キャベツ、トマト じゃが芋、醤油、砂糖 わかめ、コンソメ	タコライス コーン粉ふきいも わかめスープ オレンジ 牛乳 ごまマドレーヌ
9	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(なす)	鶏ひき肉、玉葱、人参 しめじ、小松菜、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、なす	ごはん みそ汁 パナナ 豚肉のケチャップ焼き 小松菜とコンのバター醤油炒め 牛乳 お豆腐マフィン	25	お粥 玉葱煮 南瓜煮 野菜スープ	パン粥(食パン) ポトフ	食パン、粉ミルク 鶏ひき肉、キャベツ、人参 玉葱、じゃが芋、コンソメ	ロールサンド (ウイナー、ジャム) ポトフ パナナ 牛乳 エッグタルト
10	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 オニオンスープ	鶏ひき肉、キャベツ トマト、醤油、砂糖 わかめ、玉葱、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 マカロニあべかわ	26				和風スパゲティ すまし汁 牛乳 クラッカー、せんべい
11	<p style="color: red; font-size: 2em; font-weight: bold;">山の日</p>				27				
12				サンドイッチ (チーズ、苺ジャム) コーンスープ 牛乳 サブレ、せんべい	28	お粥 人参煮 じゃが芋煮 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)	鶏ひき肉、ほうれん草 人参、えのき、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 わかめ、ねぎ	ゆかりごはん ひじき入りてりやきハバーグ ポトフサラダ みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい
13					29	お粥 ほうれん草煮 さつまいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 白身魚と野菜の煮物 みそ汁(なす)	カラスカレイ、キャベツ 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 なす	発芽玄米ごはん 魚のカレー焼き オレンジ れんこんサラダ みそ汁 牛乳 ハタースティックパン
14	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 すまし汁(トマト、玉葱)	鶏ひき肉、じゃが芋 人参、玉葱、醤油 砂糖、煮干、鰹節 トマト、玉葱	カレーライス トマトスープ 牛乳 クッキー、せんべい	30	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)	鶏ひき肉、ほうれん草 もやし、人参、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、キャベツ	ごはん 鶏肉のレモン醤油かけ 三色ごま和え みそ汁 牛乳 サブレ、せんべい
15	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	にゅうめん 南瓜のそぼろあんかけ	そうめん、煮干、鰹節 醤油、南瓜、鶏ひき肉 片栗粉、砂糖	そうめん 南瓜のそぼろあんかけ 牛乳 クラッカー、せんべい	31	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 春雨スープ	鶏ひき肉、人参、豆腐 玉葱、椎茸、トマト、醤油 砂糖、煮干、鰹節 春雨	麻婆豆腐丼 トマトと胡瓜のナムル 春雨スープ 牛乳 クッキー、せんべい
16	お粥 ほうれん草煮 さつまいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 煮魚 みそ汁(ねぎ、わかめ)	鮭、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 ねぎ、わかめ	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	※	<p style="background-color: #e0ffe0; padding: 5px;">は新メニューです。</p>			

※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。