



じょうぶな子、げんな子



朝、夕の寒さが身に染みる季節となりました。しかし、日中は動く汗ばむ位に気温が上がる日もあり一日の中でも気温差があります。寒暖に気を付けて厚着にならない様気を付けましょう。子どもたちは、クリスマス会に向けて練習中です。今年インフルエンザ・胃腸炎、アデノウイルス、手足口病なども流行しています。保育園でも、感染症対策をしっかり行っていきますので、ご協力をお願いします。引き続き健康管理には気を付けましょう。
 ※保育園やご家庭で38度以上発熱、激しい嘔吐、下痢症状が見られた時は、24時間症状が無いことを確かめてから 登園してください。又喉の痛みや違和感、咳、鼻水症状がある場合も早めの受診をお勧めいたします。

12月29日～1月3日の年末年始は休園となります。
 お休み中も早寝早起きを心がけ規則正しい生活を送りましょう。



12月の行事予定

- | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>2日(土) 布団乾燥
 6日(水) 体育指導
 12日(火) クリスマスお楽しみ会リハーサル
 14日(木) 絵本・納入袋配布
 15日(金) クリスマスお楽しみ会
 (全クラスお弁当)
 16日(土) クリスマス参観日(3・4・5才児)
 (0・1・2才児の参観はありません)
 (通常の土曜日保育あり)
 18日(月) 英語教室
 避難訓練(地震)</p> | <p>20日(水) 身体測定
 22日(金) リトミック(2～5才)
 23日(土) 布団乾燥
 25日(月) チーバ君来園
 26日(火) 絵画教室(4・5才)
 27日(水) 誕生会
 28日(木) 終業式 / 大掃除 / 絵画教室(2・3才)
 御用納め
 献立表配信 (園便りは1/4になります)
 12/29(金)～1/3(水)年末・年始休園
 1/4(水)より通常保育</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

今月の保育目標

- たんぽぽ** ー 冬 naturally に興味を持ち、寒さに負けず元気に遊ぶ
 ・クリスマスお楽しみ会に楽しんで参加する
- もも** ー 冬の寒さに負けず身体を動かして元気に遊ぶ
 ・クリスマス会の練習を通して、音楽に合わせて身体を動かす楽しさを味わう
- ちゅうりっぷ** ー 季節の移り変わりを感じながら、戸外遊びや散歩を通して自然に触れることを楽しむ
 ・寒い時期は感染症にかかりやすくなるので体調に留意する
- さくら** ー 歌や踊り、劇を通して体や言葉で表現する楽しさを感じる
 ・生活に必要な言葉のやり取りと言葉の意味を理解する
 ・自分でできる身の回りのことを行い、満足感を得る
- ひまわり** ー 寒さに負けず、戸外で体を動かし元気に遊ぶ
 ・クリスマス会の練習を通して、みんなで一緒に表現する楽しさや達成感を味わう
- ゆり** ー 友達と力を合わせて取り組む充実感ややり遂げる達成感、楽しさを味わい乍ら自信を持って発表する
 ・冬の生活習慣を身につけて健康に過ごす

お知らせとお願い

- 厚着をせず、調節のしやすい衣類を用意してください。
 丈の長いもの、フリル、ボタンがついているものは避け脱しやすいものにしましょう。
- クリスマス会に関連するお知らせも増えてきます。ホワイトボード、掲示板は毎日目を通して下さい。
- 今月の納入袋配布日が早めになっております。年末になりますので22日までにお持ちください。
- 登降園時間の入力は、登園時は来てすぐに、降園時は全ての支度が終わって帰る時に押してください。正しい時間の記録が必要です。ご協力をお願いします。





たんぼぼ組 (0才児)

長く続いた残暑から一転、朝晩は急に冷え込むようになってきました。

日中の日差しが暖かく感じられる日には、園周辺を散歩したり、園庭へ遊びに出る日を沢山設けました。たんぼぼ組のお友達は、伝い歩きや一人歩きが上手になり、行動の幅や興味がぐっと広がってきている様子が伺えます。園庭では他のクラスのお兄さんお姉さんに手を引かれて一緒にゆっくり歩いてみたり、砂場セットを使って砂を掘ったり、カップに集めてみたり、周りの遊びの様子を見ながら小さな手でまねっこをしています。上手だねと褒められると少し恥ずかしそうにしながら笑う姿がとても可愛らしいです。

12月も、お友達への興味関心に寄り添いながら、お外遊びやクリスマス会の練習を楽しんでいきたいと思えます。



さくら組 (3才児)

寒さが身に染みて感じる12月がやってきました。今月はクリスマスお楽しみ会、参観日という大きな行事も控えています。それに向けて練習も始まり、子ども達も役になり切ってかわいらしい姿を毎日見せてくれています。運動会で「できた！」が自信に繋がり、表現する楽しさ、保護者の方に応援してもらって嬉しさを少し感じているのかなとも思います。個々の頑張りを褒めていながら自分でできる喜びを増やせていけたらと考えています。どうぞ、ご家庭でもお子さんの頑張りを励まし、褒めて頂ければと思います。

うがいの練習を始めています。お口に水を入れて「あ〜。」と発音するように伝えています。お子さ



もも組 (1才児)

先日はお忙しい中、ビデオ上映会・懇談会に参加していただきありがとうございました。あつという間に時間が過ぎてしまいましたが、ご家庭での様子や子育ての悩みなどをお聞きする事ができて有意義な時間となりました。これからも保護者の方々と共に、子どもたちの成長を見守っていききたいと思えます。宜しくお願い致します。

お天気が良く暖かい日には園庭で遊んだり、お散歩を楽しんでいます。お散歩では保育者と手を繋ぎ、歌を唄ったり...枯葉をカサカサ踏んで音を楽しんだり、赤や黄色の綺麗な葉やどんぐりを拾ったり、お花やミカン...次々と発見しては指を差しながら、可愛いおしゃべりが弾んでいるもも組さんです。



ひまわり組 (4才児)

急に寒くなり日によって寒暖差もありますが、とても元気いっぱいの子も達。天気の良い日には散歩に出掛けたり、戸外に出て落ち葉拾いをして秋を見つけて楽しんでいます。11月の後半にはクリスマス会の練習が本格的に始まりました。役が決まり、しっかりなりきりながら楽しく練習している姿が、とても可愛らしいです。一人ひとりが自信を持って楽しく参加出来るよう盛り上げ、気分転換をしながら練習していきたいです。また、友達と力を合わせながら表現する楽しさを味わえるよう工夫していきたいと思えます。

感染症が流行る時期となり、今まで以上に手洗い・うがい・消毒をしっかりと行い元気に過ごしていきたいです。



ちゅうりっぷ組 (2才児)

秋から冬が一気にきた11月。天気の良い日はお外へ行きました。サッカーやコンビカー、砂場、沢山走ったり元気なちゅうりっぷさんです。来年度に向けて、自分で着替えの用意、外へ行く準備も頑張っています。外遊び後の着替えも自分でできるように頑張っていますよ。制作では時々はさみを使っています。まだまだ介助が必要な子もたくさんいます。おうちでも挑戦してみてくださいね。ビデオ会は1/13(土)に延期になりましたので、お子様の様子など又聞かせてくださいね。クリスマス会の練習も始まっています。楽しんで本番を迎えられるように気分を盛り上げていきたいです。



ゆり組 (5才児)

暑かったと思ったら急に寒くなったりと、今年は秋を感じるより一気に冬が近づいた11月でしたね。体調変化に気を付けながら過ごしていきましょうね。11月は保育園生活最後の発表の場でもあるクリスマス会に向けて、しっかり披露できるように、お友だちと協力し合いながら練習を重ねています。楽しい経験となって思い出に残るといいなと思います。クリスマス会も終わると、いよいよ今年も残すところ数日となり、年が明ければ小学校入学に向けて気持ちも高ぶっていくことでしょう。子ども達の気持ちを汲みながら楽しく過ごしていきたいと思えます。



今月の給食レシピ

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
マヨネーズ…小さじ1強
青のり…小さじ1/4
ピザ用チーズ…15g

作り方

- ①食パン以外の材料を全て混ぜ合わせる。
- ②食パンに①を塗り広げる。
- ③チーズを散らしてオーブンで5分ほど焼く。

ほけんだより

感染性胃腸炎

ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合があります。
下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、手洗い・うがいをきちんと行ってください。

吐いている時の対応

- ・吐き続けている時は、水分摂取を控える。
- ・落ち着いたら、スプーン1杯の水分から水分摂取を始める。
- ・少し様子を見て、嘔吐しなければ、少しずつ水分量を増やしていく。
- ・脱水症状に注意し、OS1などの経口補水液や、麦茶などの水分だけでなく、糖分(リンゴジュースなど)塩分(スープ・みそ汁の汁)なども摂取するようにしていく。
- ・水分摂取の際は、オレンジジュースなどの柑橘系ジュースは吐きやすいので、リンゴジュースやスポーツドリンクの方が、お勧めです。

12月 給食予定献立表

(令和5年11月30日)

【栄養価の表示について】

未満児は午前、午後のおやつを含む数値、以上児は午後のおやつを含む数値が記載されています。
未満児0~2歳、以上児3~5歳を表しています。 E:エネルギー P:蛋白質 F:脂質

金ヶ作保育園

日曜	献立	材料	おやつ	栄養価 未満児 以上児	日曜	献立	材料	おやつ	栄養価 未満児 以上児
1 金	きつねうどん 南瓜の甘煮	うどん、油揚げ、卵、ナルト ほうれん草、ねぎ、舞茸 しめじ、南瓜	牛乳 肉まん	E 523/559 P 19.8/21.1 F 14.9/13.8 食塩 1.7/2.0	17 日				
2 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	牛乳 ビスケット せんべい	E 425/438 P 12.7/12.3 F 13.0/11.3 食塩 1.2/1.4	18 月	タコライス コーン粉ふきいも わかめスープ	豚肉、玉葱、人参、キャベツ、トマト チーズ、にんにく、ケチャップ、ソース カレー粉、じゃが芋、コーン缶、パセリ わかめ、卵、コンソメ	牛乳(2~5歳) いちごババロア 麦茶(0~1歳) ヨーグルト、せんべい	E 500/602 P 20.0/24.3 F 15.9/24.6 食塩 1.5/1.9
3 日					19 火	発芽玄米ごはん 煮魚 三色ごま和え みそ汁 パナナ	のりたま、カラスカレイ 生姜、ほうれん草 人参、もやし、ごま 白菜、さつまい	牛乳 マーマレードチーズサンド	E 472/495 P 18.6/19.8 F 10.2/7.5 食塩 1.3/1.7
4 月	ごはん 筑前煮 わかめの酢の物 みそ汁 パナナ	鶏肉、人参、大根、筍 蓮根、蒟蒻、わかめ カニカマ、胡瓜 豆腐、ねぎ	麦茶 ヨーグルト せんべい	E 403/403 P 14.4/13.7 F 7.9/4.9 食塩 1.2/1.4	20 水	ごはん 鶏のみそ焼き 小松菜のじゃこ和え すまし汁	鶏肉、生姜、味噌 小松菜、しらす、人参 竹輪、ごま油 わかめ、えのき	牛乳 サブレ せんべい 小魚(3~5歳)	E 458/481 P 17.4/18.8 F 17.6/17.1 食塩 1.3/1.4
5 火	発芽玄米ごはん 鮭の塩こうじ焼き あっさり煮 みそ汁	のりたま、鮭、塩麹 じゃが芋、人参、大根 ごぼう、生揚げ わかめ、ねぎ	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳)	E 444/460 P 18.2/19.8 F 12.6/10.6 食塩 1.2/1.4	21 木	ふりかけごはん はんぺんフライ コーンサラダ みそ汁	おかか、はんぺん、チーズ 卵、パン粉、ケチャップ ソース、キャベツ、コーン、胡瓜 かぶ、油揚げ	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳)	E 509/545 P 15.6/16.8 F 21.0/21.2 食塩 1.3/1.5
6 水	カレーライス トマトサラダ すまし汁 みかん	豚肉、じゃが芋、人参 玉葱、カレールウ キャベツ、トマト、胡瓜 わかめ、えのき	牛乳 ニラせんべい	E 543/585 P 17.7/18.5 F 19.9/19.8 食塩 2.4/2.5	22 金	ロールサンド (卵、ジャム) 鮭のクリームシチュー みかん	ロールパン、卵、マヨネーズ 梅ジャム、鮭、人参、玉葱 しめじ、じゃが芋、パセリ 牛乳、シチュールウ	牛乳 南瓜と小豆のケーキ	E 575/622 P 21.0/22.6 F 22.5/23.3 食塩 0.9/1.2
7 木	ゆかりごはん ミートボール野菜あんかけ 青菜の豆腐和え みそ汁	ゆかり、豚肉、卵、パン粉 玉葱、人参、しめじ、片栗粉 ほうれん草、豆腐、竹輪 ごま、ごま油、かぶ、油揚げ	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)	E 483/510 P 17.8/19.6 F 18.8/18.5 食塩 1.1/1.4	23 土	中華丼 すまし汁	豚肉、白菜、人参、玉葱 舞茸、うずらの卵 チンゲン菜、豆腐	牛乳 ビスケット せんべい	E 404/413 P 14.0/14.2 F 13.3/11.6 食塩 0.9/1.1
8 金	ナポリタン りんごサラダ 卵スープ	スパゲティ、人参、玉葱、ピーマン トマト缶、ベーコン、コンソメ、にんにく ケチャップ、りんご、キャベツ、胡瓜 卵、ねぎ	牛乳 大学芋	E 385/392 P 12.9/12.7 F 12.8/10.9 食塩 1.5/1.7	24 日				
9 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、油揚げ ほうれん草 さつまいも	牛乳 サブレ せんべい	E 379/379 P 12.6/12.5 F 13.4/11.9 食塩 1.3/1.5	25 月	コーンバターライス タンドリーチキン ブロッコリー ミネストローネ みかん	コーン、バター、コンソメ、鶏肉、カレー粉 ケチャップ、ソース、ヨーグルト、にんにく ブロッコリー、マヨネーズ、キャベツ、玉葱 人参、トマト缶、マカロニ、ベーコン	牛乳 クリスマス蒸しケーキ	E 548/588 P 19.6/20.7 F 21.1/21.7 食塩 1.5/1.7
10 日					26 火	雑穀米ごはん 鮭の味噌マヨネーズ焼き 大豆サラダ すまし汁	のりたま、鮭、マヨネーズ 味噌、大豆、人参、胡瓜 コーン、チーズ、ごま油 小松菜、豆腐	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)	E 467/494 P 21.0/23.6 F 18.5/18.2 食塩 1.3/1.4
11 月	雑穀米ごはん 魚のカレー焼き チンゲン菜のおかかあえ みそ汁	のりおかか、カラスカレイ 生姜、カレー粉、チンゲン菜 えのき、カニカマ、おかか ねぎ、豆腐	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳)	E 417/430 P 18.3/20.3 F 11.9/9.7 食塩 1.2/1.6	27 水	わかめごはん 酢豚 ポパイサラダ みそ汁	わかめ、豚肉、人参 玉葱、ピーマン、ケチャップ 片栗粉、ほうれん草、コーン えのき、白菜、油揚げ、麩	牛乳 ぶどうパン	E 485/507 P 16.7/17.9 F 15.3/13.9 食塩 1.6/2.0
12 火	ひじきごはん 肉団子スープ バナナ	ひじき、人参、油揚げ 豚肉、ねぎ、卵、パン粉 白菜、春雨、ほうれん草	牛乳 ホットク	E 550/594 P 20.5/22.1 F 17.7/17.1 食塩 1.4/1.8	28 木	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、万ねぎ、卵、ナルト チーズ、キャベツ、胡瓜 トマト 玉葱、わかめ、コンソメ	牛乳 マカロニあべかわ	E 473/496 P 16.3/17.1 F 14.2/13.0 食塩 1.4/1.6
13 水	ツナごはん 小松菜とハムのドレッシング和え 豚汁 みかん	ツナ、小松菜、卵、ハム 竹輪、ごま油、豚肉 大根、ねぎ、ごぼう 人参、豆腐	牛乳 パイナップル蒸しパン	E 489/516 P 16.9/17.6 F 15.6/14.5 食塩 1.5/1.7	29 金				
14 木	ごはん 鶏の香り焼き れんこんサラダ みそ汁 ヤクルト	鶏肉、玉葱、レモン、パセリ 蓮根、キャベツ、人参 ハム、ごま、マヨネーズ 白菜、さつまいも	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳)	E 505/540 P 17.5/19.2 F 20.1/20.2 食塩 1.3/1.5	30 土	<p>年末年始休園 12/29(金)~1/3(水)</p>			
15 金	<p>クリスマスお楽しみ会 お弁当持参</p>				31 日				
16 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、梅ジャム コーンスープの素	牛乳 クッキー せんべい	E 477/505 P 16.8/17.9 F 17.8/17.5 食塩 1.8/2.2	※ 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。
※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。

【冬至に入るゆずのお風呂】

冬至の日にゆずを浮かべたお風呂に入ると、冬の寒さに負けずに健康に過ごすことができます。
風邪防止や肌を強くする効果に優れているそうです。ぜひ入ってみてください。

12月 離乳食予定献立表

(令和5年11月30日)

金ヶ作保育園

日 曜	初期		中期・後期給食		材料	完了期給食		日 曜	初期		中期・後期給食		材料	完了期給食	
			中期・後期午後おやつ			完了期午後おやつ					中期・後期午後おやつ			完了期午後おやつ	
1 金	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 ヨーグルト プレーン蒸しパン		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	きつねうどん 南瓜の甘煮 牛乳 肉まん		17 日							
2 土						焼肉丼 すまし汁 牛乳 ビスケット、せんべい		18 月	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏ひき肉と野菜の煮物 わかめスープ ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、トマト キャベツ、じゃがいも 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 麦茶 ヨーグルト、せんべい			
3 日								19 火	お粥 玉葱煮 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(白菜、さつまいも) ヨーグルト 食パン	鶏ひき肉、小松菜 キャベツ、じゃがいも 醤油、砂糖 カラスカレイ、人参 もやし、ほうれん草、醤油 砂糖、煮干、鰹節、味噌 白菜、さつまいも	発芽玄米ごはん 煮魚 三色ごま和え みそ汁 パナナ 牛乳 マーレードチーズサンド			
4 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 せんべい	鶏ひき肉、人参、大根 筍、醤油、砂糖 煮干、鰹節、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	20 水	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏ひき肉と野菜の煮物 すまし汁(わかめ、えのき) ヨーグルト ビスケット	鶏ひき肉、小松菜 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、わかめ えのき	ごはん すまし汁 鶏肉のみそ焼き 小松菜のじゃこ和え 牛乳 サフレ、せんべい						
5 火	お粥 玉葱煮 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(わかめ、ねぎ) ヨーグルト ビスケット	鮭、じゃが芋、人参 大根、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 わかめ、ねぎ	発芽玄米ごはん 鮭の塩こうじ焼き あつさり煮 みそ汁 牛乳 クラッカー、せんべい	21 木	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(かぶ) ヨーグルト クッキー	鶏、キャベツ、コン 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 かぶ	ふりかけごはん はんぺんフライ コーンサラダ みそ汁 牛乳 クラッカー、せんべい						
6 水	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 すまし汁(わかめ、えのき) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、じゃが芋 人参、玉葱、醤油 砂糖、煮干、鰹節 わかめ、えのき	カレーライス トマトサラダ すまし汁 みかん 牛乳 ニラせんべい	22 金	お粥 玉葱煮 さつまいも煮 野菜スープ	パン粥(食パン) 鮭のポトフ ヨーグルト かぼちゃ蒸しパン	食パン、粉ミルク 鮭、じゃが芋、人参 玉葱、コンソメ	ロールサンド (ジャム、卵) 鮭のクリームシチュー みかん 牛乳 かぼちゃと小豆のケーキ						
7 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(かぶ) ヨーグルト クッキー	鶏ひき肉、玉葱、人参 しめじ、ほうれん草 豆腐、醤油、砂糖、煮干 鰹節、味噌、かぶ	ゆかりごはん ミートボール野菜あんかけ 青菜の豆腐和え みそ汁 牛乳 クッキー、せんべい	23 土										
8 金	お粥 玉葱煮 さつまいも煮 野菜スープ	煮込みうどん 煮魚 ヨーグルト 焼き芋	うどん、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 りんごサラダ 卵スープ 牛乳 大芋芋	24 日										
9 土						煮込みうどん さつまいもの甘煮 牛乳 サフレ、せんべい		25 月	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏ひき肉と野菜の煮物 ミネストローネ ヨーグルト クリスマス蒸しケーキ	鶏ひき肉、ブロッコリー 醤油、砂糖 トマト、人参、玉葱 キャベツ、コンソメ	コーンバターライス タンドリーチキン ブロッコリー ミネストローネ みかん 牛乳 クリスマス蒸しケーキ			
10 日								26 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 すまし汁(小松菜、豆腐) ヨーグルト せんべい	鮭、人参、コン、大豆 醤油、砂糖 煮干、鰹節、豆腐 小松菜	雑穀米ごはん 鮭の味噌マヨネーズ焼き 大豆サラダ すまし汁 牛乳 クッキー、せんべい			
11 月	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(ねぎ、豆腐) ヨーグルト ビスケット	カラスカレイ、えのき チンゲン菜、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、ねぎ、豆腐	雑穀米ごはん みそ汁 魚のカレー焼き チンゲン菜のおかかあえ 牛乳 クラッカー、せんべい	27 水	お粥 玉葱煮 さつまいも煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏ひき肉と野菜の煮物 みそ汁(白菜) ヨーグルト 食パン	鶏ひき肉、ほうれん草 玉葱、人参、えのき 醤油、砂糖、煮干 鰹節、味噌、白菜	わかめごはん 豚豚 ポパイサラダ みそ汁 牛乳 ぶどうパン						
12 火	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 肉団子スープ ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、ねぎ、人参 白菜、ほうれん草 春雨、醤油	ひじきごはん 肉団子スープ バナナ 牛乳 ホットク	28 木	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏ひき肉と野菜の煮物 オニオンスープ ヨーグルト クッキー	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 パナナ 牛乳 マカロニあべかわ						
13 水	お粥 玉葱煮 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(大根、人参、豆腐) ヨーグルト プレーン蒸しパン	鶏ひき肉、小松菜 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 大根、人参、豆腐	ツナごはん 小松菜とハムのドレッシングあえ 豚汁 みかん 牛乳 パイナップル蒸しパン	29 金										
14 木	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(白菜、さつまいも) ヨーグルト ビスケット	鶏ひき肉、玉葱、人参 キャベツ、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 白菜、さつまいも	ごはん 鶏の香り焼き れんこんサラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい	30 土										
15 金	クリスマスお楽しみ会 お弁当持参							31 日							
16 土			ヨーグルト りんご蒸しパン			牛乳 クリスマスケーキ		※ は新メニューです。							
						チーズサンド ジャムサンド コーンスープ 牛乳 クッキー、せんべい									

※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。