



じょうぶな子、げんきな子

若葉のすがすがしい季節となりました。新しいクラスになってから1ヶ月がすぎ、少し緊張気味だった子どもたちの表情もやわらいで、お部屋や園庭で「いっしょにあそぼ」と誘い合って遊ぶ姿が見られるようになりました。最近では初夏を飛び越え、夏がやってきてしまいます。四季がなくなってきて、季節感を感じなくなってきてしまいましたね。それでも、青空のもと、こいのぼりに負けないくらい元気いっぱいの子もたちです。緊張も解れ、入園・進級したクラスでの生活にも慣れてきましたが、その反面疲れも出て来る時です。ゴールデンウィークもありますが、お休み出来る時はご家庭でゆっくり過ごし体を休めてください。



お休み中も検温をして生活表に記入しましょう

5月の行事予定

2日(木) 子どもの日会	15日(水) 体育指導
3日(金) 憲法記念日	16日(木) フッ化物洗口指導(ひまわり)
4日(土) みどりの日	20日(月) 絵本・納入袋配布
5日(日) こどもの日	22日(水) 身体測定 / 体育指導
6日(月) 振替休日	23日(木) 避難訓練(火事)
7日(火) 絵画教室(4・5才)	24日(金) リトミック / 個人面談終了
8日(水) 体育指導	25日(土) 布団乾燥
9日(木) 絵画教室(2・3才)	31日(金) 誕生会
10日(金) 内科健診13時～	園便り・献立表配信
11日(土) 布団乾燥	
13日(月) 英語教室 個人面談開始(希望者)	

※絵画教室の日は汚れても良い服装でいきましょう。

今月の保育目標

- たんぽぽ ー 個々のリズムに配慮しながら安心して過ごす
・春の自然に触れながら、外気浴や外遊びを楽しむ
- も も ー 園生活や色々な保育士に慣れ、安心して過ごす
・保育士や友達との触れ合いを通して、関わりを楽しむ
- ちゅうりっぷ ー 生活のリズムを整えながら、安心して過ごす
・簡単な身の周りの事を自分でやってみようとする
・保育士や友達と関わり合いながら好きな遊びを一緒に楽しむ
- さくら ー 園生活の流れや仕方が分かり、保育者に見守られながら身の回りの事を自分でしようとする
・保育者や友達と関わりながら好きな遊びを十分に楽しむ
・戸外で思い切り体を動かし、身近な春の自然に触れる事を楽しむ
- ひまわり ー 保育士に気持ちを受け止めてもらいのびのびと自己表現する
・友達と一緒に身体を動かして遊ぶ事を楽しむ
・生活リズムを整えながら、身の回りのことを進んで行う
- ゆり ー 生活の流れが身に付き、すすんで行う
・友だちに思いや考えを伝え、相手の思いやイメージを受けながら、一緒にあそぶ楽しさを味わう。

お知らせとお願い

- 疲れが出やすい時期です。体調の変化に気を付け、気になる事はこまめに担任に伝えてください。
- 気温差があるので、調節のしやすい衣類を用意しましょう。
- 個人面談が始まります。**希望制となります。**日程が決まりましたら、お知らせいたしますのでご確認ください。
- 内科健診が5月10日(金)にあります。**お休みした場合は、こちらの指定した別日に、千葉西総合病院に保護者の方に連れてきていただくこととなりますので、ご了承ください。**



じょうぶな子、げんきな子

クラス通信 5月



たんぼぼ組(0才児)

4月から入園した赤ちゃんたちはだんだんと園生活にも慣れて、ニコニコかわいい笑顔を見せてくれるようになりました。泳いでるこいのぼりをじーっと眺めていたり、そよそよと吹かれる風にうとうとして気持ちよさそうに眠ったり戸外に出ることを楽しみました。お部屋の中では、つかまり立ちをしたりハイハイをしたり、元気一杯です。5月も新しいお友達が3名増え、きつとにぎやかになるでしょう！天気の良い時はお外に行き、楽しい毎日を過ごしたいです。体調も崩しやすくなる時期なので、お子様の様子を園とお家とで共通理解ができたらと思っています。よろしくお祈りします



さくら組(3才児)

入園・進級してあっという間に一ヶ月が経ちました。当初は新しいことに戸惑う姿もありましたが、一つ一つ覚えていく毎に表情が凛々しくなり、徐々に2階の生活にも馴染んできました。とにかく新しい事を楽しみにする笑顔いっぱいの子供達は、ワクワクな気持ちが表情からも伺えます。英語教室や体育指導をはじめ、様々な活動も引き続き楽しめるよう工夫していきたいです。5月は戸外遊びを多く取り入れ、伸び伸びと体を動かして元気に遊びながら、友達同士の関わりも楽しめるようにしたいと思います。



もも組(1才児)

うらかな春の陽気と共に入園、進級して1ヶ月が経ちました。新入園児の子供達の泣く姿や、ドキドキした表情も見られましたが、園庭の様子を眺めたり、おもちゃで遊ぶお友達の様子を見ているうちに、笑顔で過ごす姿が見られています。好きな遊びを見つけて活動を楽しんだり、初めての遊びにも挑戦するようになってきました。子供達一人一人、それぞれのペースを大切に色々な事を思いっきり楽しんでいきたいと思っています。



ひまわり組(4才児)

進級してあっという間に一ヶ月が経ちました。期待をもって進級した子、ちょっぴりドキドキしながら4月を迎えた子、色々だと思いますが、今ではみんなが元気に登園し、素敵な笑顔を見ることができ嬉しく思います。4月はゆり組さんと手をつなぎ西ヶ沢公園で桜をみたり、園庭では大きなこいのぼりをみんなで飾ったりと春を感じながら、散歩や戸外遊びを楽しみました。お友だちと遊ぶ中で、自分の思いを伝えたり相手の気持ちを受け入れたり、思いやりする心を伝えていけたらいいなと思います。



ちゅうりっぷ組(2才児)

ちゅうりっぷ組に進級、入園して新しい環境で過ごした子供達。お部屋が変わっても戸惑うことなく元気一杯活動しています。リュックを背負ってちょこちょこ歩く姿はとてもかわいいですね。自分で開閉できなくても自分でやる！と頑張っています。お部屋では玩具に夢中になって遊んだり自分マークシールを嬉しそうに搜したり、ロッカーの場所も覚え始めお片付けや準備も上手になってきました。まだちょっぴり並んで歩いたり順番に行動することが難しいお友だちも多いですがたくさん色々経験して成長していけるといいなと思います。



ゆり組(5才児)

進級して一ヶ月が過ぎ、少しずつ新しい環境に慣れ子供達の笑顔も増えたように感じられます。青空の下のびのびと泳ぐこいのぼりのように、元気に歌をうたったり、園庭を元気に走り回っている子供達。年長組としての意欲を持って活動にも取り組んでいます。個々の頑張ろうとする気持ち、不安な気持ちを受け止めながら、ゆっくり進めていけたらと思います。5月も天気の良い日には散歩に出かけたり、子供達とどんな物を作りたいか話し合いながら製作も楽しんでいきたいと思っています。



給食室より

魚のバーベキュー焼き

材料(4人分)

カラスカレイ(切り身) 4切れ
 片栗粉 適量
 酒 大匙1
 酢 大匙1
 みりん 大匙1
 醤油 大匙1.5
 砂糖 小匙2
 りんご 1/2個

作り方

- ①魚に片栗粉をまぶし、フライパンに少量の油を入れ焼く。(オーブンやグリルで焼いてもOK)
- ②りんごは皮をむきすりおろす。りんごと調味料を鍋に入れひと煮立ちする。
- ③焼きあがった魚にソースをかけて完成。



ほけんだより



内服について

登園前の体調チェック

園では毎朝、登園してきたお子さまの健康観察を行っています。ご家庭でも、登園前は次のようなポイントでチェックを行ってみて下さい。



- 熱はありますか？
- 顔色はよいですか？
- 鼻汁や咳は出ていませんか？
- 湿疹、発疹はないですか？
- 食欲はありますか？
- うんちは出ましたか？
- 機嫌はよいですか？
- 「痛い」「疲れた」の訴えはありますか？

○内服薬(予防・治療薬)申告書
 ご自宅にて定期的に飲んでいる薬がある場合には 内服薬申告書の提出をお願いします
 進級したので 新年度分の提出をお願いします

○連絡ノート
 一時的に症状にあわせた薬を飲んでいる時
 連絡ノート 生活票、薬の服用欄に○ 連絡ノートに薬を(月/日～何の薬・何日間内服)記入してください

○食物アレルギー指示書は 年1回提出をお願いします

○食物アレルギー内服の与薬依頼・抗けいれん剤(熱性けいれん)の与薬依頼・依頼書は年1回提出をお願いします

5月 給食予定献立表

【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

(令和6年4月30日)

金ケ作保育園
なのはなルーム
元山駅なのはなルーム

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	ゆかりごはん スパニッシュオムレツ ブロッコリー、トマト みそ汁 オレンジ	ゆかり、卵、牛乳、コンソメ、チーズ ベーコン、ほうれん草、じゃが芋 人参、玉葱、ケチャップ、ブロッコリー トマト、マヨネーズ、わかめ、ねぎ	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3～5歳)	E 493/525 P 15.8/16.9 F 19.4/19.3 食塩 1.3/1.5	17	ツナスパゲティ フルーツヨーグルト 卵スープ	スパゲティ、ツナ、玉葱、ピーマン トマト、トマトジュース、ケチャップ、コンソメ ヨーグルト、みかん缶、りん缶 黄桃缶、バナナ、卵、ねぎ	牛乳 小豆マドレーヌ	E 488/518 P 18.7/19.9 F 16.0/15.1 食塩 1.3/1.4
2	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、人参、蒟蒻 小松菜、卵、ハム、ごま油 舞茸、ねぎ	牛乳(3～5歳) かしわ餅 牛乳(0～2歳) クッキー、せんべい	E 434/540 P 14.6/17.4 F 16.3/12.2 食塩 1.3/1.5	18	カレーライス すまし汁	豚肉、じゃが芋、人参、玉葱 カレールウ チンゲン菜、豆腐	牛乳 クッキー せんべい	E 456/478 P 13.7/13.6 F 17.3/16.6 食塩 1.6/1.9
3	憲法記念日				19				
4	みどりの日				20	ごはん 肉じゃが 三色ごま和え みそ汁	豚肉、じゃが芋、人参、玉葱 しらたき、ほうれん草 もやし、ごま 豆腐、ねぎ	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 388/481 P 14.4/17.0 F 8.4/11.5 食塩 1.1/1.5
5	こどもの日				21	雑穀米ごはん 魚のバーベキュー焼き れんこんサラダ みそ汁	のりたま、カスカイ、片栗粉 りんご、蓮根、キャベツ、人参 ハム、マヨネーズ、ごま 南瓜、玉葱	牛乳 マカロニあべかわ	E 441/457 P 18.8/20.0 F 12.8/11.0 食塩 1.2/1.4
6	こどもの日振替休日				22	親子そぼろ丼 切干大根煮 みそ汁 ヤクルト	鶏肉、卵、海苔、でんぶ いんげん、ごま、切干大根 人参、油揚げ、竹輪、大豆 ねぎ、わかめ	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 536/582 P 23.0/25.6 F 18.2/17.7 食塩 1.5/1.8
7	雑穀米ごはん 魚の利久焼き 大豆サラダ みそ汁	のりたま、カスカイ、ごま 大豆、人参、胡瓜、チーズ コーン、ごま油 キャベツ、舞茸	牛乳 人参ケーキ	E 477/502 P 21.6/23.5 F 16.7/15.9 食塩 1.5/1.8	23	ツナごはん 豚肉とほうれん草の 和風サラダ みそ汁 パナナ	ツナ、豚肉、ほうれん草 トマト、生姜、ごま油 キャベツ、舞茸	牛乳 サブレ せんべい 小魚(3～5歳)	E 464/493 P 14.9/16.1 F 14.8/13.7 食塩 1.1/1.3
8	カレーライス コーンサラダ すまし汁	豚肉、じゃが芋、人参、玉葱 カレールウ、キャベツ、胡瓜 コーン、小松菜、豆腐	牛乳 豆乳もち	E 443/470 P 14.6/14.0 F 14.7/15.8 食塩 1.6/1.9	24	ロールサンド (卵、苺ジャム) ポトフ オレンジ	ロールパン、卵、マヨネーズ 苺ジャム、ベーコン、キャベツ 玉葱、人参、じゃが芋 コンソメ	牛乳 もちもちチーズパン	E 508/541 P 18.1/19.3 F 21.3/21.7 食塩 2.0/2.2
9	ごはん 鶏の唐揚げ さつま芋サラダ みそ汁	鶏肉、生姜、にんにく 小麦粉、片栗粉、さつま芋 人参、りんご、胡瓜、ハム マヨネーズ、キャベツ、油揚げ	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 449/468 P 15.3/16.2 F 15.6/14.6 食塩 1.1/1.3	25	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 クラッカー せんべい	E 434/447 P 12.8/12.4 F 14.0/12.4 食塩 1.2/1.4
10	ぎつねうどん 南瓜のそぼろあんかけ バナナ	うどん、ねぎ、しめじ、舞茸 ほうれん草、油揚げ、ナルト 卵、南瓜、鶏肉、片栗粉	牛乳(2～5歳) マスカットゼリー 麦茶(0～1歳) ヨーグルト、せんべい	E 525/563 P 20.6/22.2 F 17.7/17.1 食塩 1.7/2.1	26				
11	和風スパゲティ すまし汁	スパゲティ、ベーコン ほうれん草、しめじ、舞茸 玉葱、めんつゆ 万ねぎ、豆腐	牛乳 サブレ せんべい	E 403/409 P 15.0/15.5 F 15.0/13.7 食塩 1.3/1.4	27	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、人参、しらす ごま油 わかめ、えのき	麦茶 ヨーグルト せんべい	E 418/417 P 17.5/17.3 F 12.9/11.2 食塩 1.6/1.8
12					28	発芽玄米ごはん 魚のパン粉焼き アスパラとホトトのソテー みそ汁	のりたま、鮭、青のり、パン粉 粉チーズ、マヨネーズ、アスパラガス じゃが芋、玉葱、コーン、ベーコン バター、キャベツ、油揚げ	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3～5歳)	E 491/522 P 20.0/22.4 F 17.8/17.3 食塩 1.1/1.2
13	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、卵、ナルト キャベツ、トマト、胡瓜 チーズ、玉葱、わかめ コンソメ	牛乳 餃子の皮の ツナマヨポテトパイ	E 462/489 P 18.5/19.6 F 18.7/18.6 食塩 1.5/1.8	29	スタミナ丼 トマトと胡瓜のナムル みそ汁 バナナ	豚肉、ニラ、玉葱、人参、生姜 にんにく、舞茸、片栗粉 ごま油、トマト、胡瓜、ごま 鶏ガラスープの素、ねぎ、豆腐	牛乳 しらすチーズトースト	E 508/539 P 21.6/23.6 F 16.5/15.8 食塩 1.5/1.9
14	発芽玄米ごはん 鮭の塩こうじ焼き 胡瓜の華風和え みそ汁 パナナ	おかか、鮭、塩麹、胡瓜 もやし、コーン、わかめ、ごま ごま油 南瓜、玉葱	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3～5歳)	E 481/509 P 18.8/20.7 F 13.9/12.2 食塩 1.6/1.8	30	ふりかけごはん 酢豚 ひじきとツナのサラダ みそ汁	のりおかか、豚肉、玉葱 ピーマン、人参、ケチャップ 片栗粉、ひじき、ツナ、キャベツ 胡瓜、マヨネーズ、わかめ、ねぎ	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3～5歳)	E 454/475 P 14.2/14.8 F 18.0/17.6 食塩 1.2/1.5
15	豆腐の肉野菜あんかけ丼 ポパイサラダ みそ汁	豚肉、豆腐、人参、椎茸 玉葱、いんげん、片栗粉 ほうれん草、えのき キャベツ、油揚げ	牛乳 マーブル蒸しパン	E 456/476 P 16.0/16.9 F 17.3/17.0 食塩 1.6/1.8	31	カレーうどん さつま芋の天ぷら オレンジ	うどん、豚肉、玉葱、人参 しめじ、ほうれん草、カレー粉 片栗粉、さつま芋、天ぷら粉	牛乳 レーズン蒸しパン	E 433/448 P 20.8/22.7 F 15.5/14.9 食塩 1.5/1.9
16	わかめごはん 照りマヨポーク ひじきサラダ みそ汁	わかめ、豚肉、玉葱、ピーマン マヨネーズ、ひじき、人参 胡瓜、キャベツ 舞茸、ねぎ	牛乳 ぶどうパン	E 610/669 F 24.4/25.4 食塩 1.6/1.9	※	は新メニューになります。			

※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。
※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。

【朝ご飯を食べよう】

朝起きたときの体はエネルギー不足で体温も低い状態です。朝ご飯を食べることで体温も上がり眠っていた脳や体にスイッチが入ります。
朝ご飯を食べないとボーっとして怪我に繋がることもあります。元気に遊べるよう朝ご飯を食べましょう。

5月 離乳食予定献立表

(令和6年4月30日)
金ヶ作保育園
なのはなルーム
元山駅なのはなルーム

日 曜	初期給食	中期・後期給食 中期・後期午後おやつ	材料	完了期給食 完了期午後おやつ	日 曜	初期給食	中期・後期給食 中期・後期午後おやつ	材料	完了期給食 完了期午後おやつ
2 木	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 みそ汁(舞茸、ねぎ) ヨーグルト クッキー	鶏ひき肉、人参、筍 小松菜、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 舞茸、ねぎ	ごはん 筑前煮 小松菜とハムのトレンジ和え みそ汁 牛乳 クッキー、せんべい	18 土				カレーライス すまし汁 牛乳 クッキー、せんべい
3 金	憲法記念日				19 日				
4 土	みどりの日				20 月	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(豆腐、ねぎ) 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 味噌、豆腐、ねぎ	ごはん 肉じゃが 三色ごま和え みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい
5 日	こどもの日				21 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(南瓜、玉葱) ヨーグルト クッキー	カラスカレイ、キャベツ 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 南瓜、玉葱	雑穀米ごはん 魚のバーベキュー焼き れんこんサラダ みそ汁 牛乳 マカロニあべかわ
6 月	こどもの日振替休日				22 水	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 みそ汁(わかめ、ねぎ) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、切干大根 人参、いんげん、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、わかめ、ねぎ	親子そぼろ丼 切干大根煮 みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい
7 火	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(キャベツ、舞茸) ヨーグルト 人参蒸しパン	カラスカレイ、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 キャベツ、舞茸	雑穀米ごはん 魚の利久焼き 大豆サラダ みそ汁 牛乳 人参ケーキ	23 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(キャベツ、舞茸) 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、舞茸	ツナごはん 魚のバーベキュー焼き みそ汁 バナナ 牛乳 サフレ、せんべい
8 水	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 すまし汁(小松菜、豆腐) ヨーグルト クッキー	鶏ひき肉、じゃが芋 人参、玉葱、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 小松菜、豆腐	麦茶 ヨーグルト、せんべい コーンサラダ すまし汁 牛乳 豆乳もち	24 金	お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 野菜スープ	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 じゃが芋、人参、玉葱 鶏ひき肉、コンソメ	ロールサンド ポトフ オレンジ 牛乳 もちもちチーズパン
9 木	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 みそ汁(キャベツ) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、さつま芋 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節 味噌、キャベツ	ごはん 鶏の唐揚げ さつまいもサラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい	25 土				焼肉丼 すまし汁 牛乳 クラッカー、せんべい
10 金	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	煮込みうどん 南瓜のそぼろあんかけ ヨーグルト せんべい	うどん、しめじ、舞茸 ねぎ、ほうれん草 醤油、砂糖、煮干、鰹節 南瓜、鶏ひき肉 片栗粉	きつねうどん 南瓜のそぼろあんかけ バナナ 麦茶 ヨーグルト、せんべい	26 日				
11 土				和風スバゲティ すまし汁 牛乳 サフレ、せんべい	27 月	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(えのき、わかめ) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、小松菜 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、えのき わかめ	ごはん 鶏のみそ焼き 小松菜のじゃこ和え すまし汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい
12 日					28 火	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(キャベツ) ヨーグルト ビスケット	鮭、じゃが芋、玉葱 アスパラ、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 キャベツ	発芽玄米ごはん 魚のパン粉焼き アスパラとホトトギスのソテー みそ汁 牛乳 クラッカー、せんべい
13 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 オニオンスープ ヨーグルト ビスケット	鶏ひき肉、キャベツ トマト、砂糖、醤油 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 オレンジ 牛乳 餃子の皮のツナマヨポテトパイ	29 水	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 食パン	鶏ひき肉、人参、玉葱 しめじ、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、豆腐、ねぎ	スタミナ丼 トマトと胡瓜のナムル みそ汁 バナナ 牛乳 しらすチーズトースト
14 火	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(南瓜、玉葱) ヨーグルト せんべい	鮭、もやし、コーン 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 南瓜、玉葱	鮭の塩こうじ焼き 胡瓜の華風和え みそ汁 バナナ 牛乳 クラッカー、せんべい	30 木	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 みそ汁(わかめ、ねぎ) ヨーグルト せんべい	鶏ひき肉、人参、玉葱 キャベツ、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 わかめ、ねぎ	ふりかけごはん 豚酢 ひじきとツナのサラダ みそ汁 牛乳 クッキー、せんべい
15 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 みそ汁(キャベツ) ヨーグルト フレーン蒸しパン	鶏ひき肉、人参、玉葱 豆腐、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 キャベツ	豆腐の肉野菜あんかけ丼 ポパイサラダ みそ汁 牛乳 マーブル蒸しパン	31 金	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	煮込みうどん さつまいもの甘煮 ヨーグルト フレーン蒸しパン	うどん、鶏ひき肉、人参 玉葱、ほうれん草 醤油、煮干、鰹節 さつま芋、砂糖	カレーうどん さつま芋の天ぷら オレンジ 牛乳 レーズン蒸しパン
16 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(舞茸、ねぎ) ヨーグルト 食パン	鶏ひき肉、玉葱 人参、キャベツ、醤油 砂糖、煮干、鰹節 味噌、舞茸、ねぎ	わかめごはん 照りマヨポーク ひじきサラダ みそ汁 牛乳 ぶどうパン	※	※ 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。
※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。