



じょうぶな子、げんきな子



初夏を跳び越え、真夏を思わせる様な日もあれば、急に気温が下がり寒さを感じる時があるなど不安定な気候に体調の管理も大変です。保育園では、子ども達ひとりひとりにも笑顔と落ち着きが見られるようになってきました。戸外でも友だち同士で活発に遊ぶ姿が多く見られます。今月は、さくら組・ひまわり組・ゆり組の自由参観日があります。昨年から又、成長した様子を感じて頂けると幸いです。これから水遊びやプール遊びも始まりますので各クラスの掲示物やホワイトボードをこまめに確認してください。



気温も湿度も上がるこれからの季節は、細菌が繁殖しやすくなります。お箸セットやコップ。衣類もしっかりと乾かし、カビの繁殖を抑えていきましょう。



## 6月の行事予定

- 4日(火) 虫歯予防デー
- 5日(水) 体育指導
- 6日(木) 絵画教室(4・5才)
- 8日(土) 布団乾燥
- 10日(月) 英語教室(4才半数自由参観・他クラス通)
- 11日(火) 絵画教室(2・3才)
- 12日(水) 体育指導(5才半数自由参観・他クラス通)
- 13日(木) フッ化物洗口指導(4才)

- 17日(月) ヤクルト工場オンライン見学(3・4・5才児)
- 19日(水) 体育指導(5才半数自由参観・他クラス通常)
- 20日(木) 絵本・納入袋配布 / 身体測定
- 21日(金) 避難訓練(火事)
- 22日(土) 布団乾燥
- 24日(月) リトミック(3才半数自由参観・他クラス通常)
- 26日(水) 体育指導
- 28日(金) 誕生会 / 園だより・献立表配信

## 今月の保育目標

- たんぽぽ** - 体調の変化に気を付けながら、梅雨の季節を快適に過ごす。  
・個々の生活リズムに応じて安心して過ごせるようにし、それぞれに興味あるものに触れたり、身体を動かしたりして遊ぶ。
- もも** - 保育士と一緒に簡単な身の回りの事をやってみようとする。  
・一人ひとりの状態に合わせて、梅雨時期を快適に過ごす。
- ちゅうりっぷ** - 梅雨の時期を快適に過ごす。  
・身の回りの事を積極的に挑戦する。  
・友達と関わりながら好きな遊びを一緒に楽しむ。
- さくら** - 梅雨の時期の過ごし方を知り、安全に過ごそうとする。  
・自分の思いをしぐさや言葉で伝えようとする。  
・身の回りのことを自らやってみようとする。
- ひまわり** - 決まり事の大切さを知り、遊びと活動のめりはりをつけて行動する  
・友達と一緒に体を動かして遊ぶことを楽しむ  
・梅雨時期の生き物や植物に興味・関心を持つ
- ゆり** - 友だちと考えを出し合いながら、協力し合って遊びや活動をすすめるようとする。  
・梅雨時期ならではの生活や自然気象に興味・関心を持つ。  
・約束事やルールを守って遊ぶことの大切さ、楽しさを感じる。



## お知らせとお願い

○気温の変化がある時期です。薄手の長袖や半そでの洋服等、調節できる衣類の準備をお願いします。

○3・4・5才の自由参観があります。詳細はクラス前の貼りだしのお知らせでご確認ください。

●**気管支拡張剤等の貼り薬を使用してくるときは、名前と日付を直接記入してから貼ってください。又、ノートか口頭でお知らせください。**

●**虫よけパッチや、かゆみ止めパッチが剥がれそうな時は、こちらで剥がして処分させていただきます。誤飲の原因にもなりますので、ご了承ください。**

## 大切なお願い

お迎えの際、駐輪場や駐車場でお話されている方が見られます。お子様から目を離してしまうと危険ですので、速やかにお帰り下さい。



## たんぽぽ組(0才児)

保育園、保育士を覚えてきたのか、朝の「おはよう」でニコッと目を見て可愛く微笑んでくれるお子さんが多くなりました。たんぽぽ組での生活リズムも段々と慣れてきて、始めよりも長くぐっすりお昼寝できるようなって来たと感じます。5月はお天気の良い日には外に出てお散歩をたくさんしました。つかまり立ちのできる子はサークル車に乗ってみて、新しい視線や景色を楽しみました。各々が好きなおもちゃや好きなこともわかってきて、子どもたちと共有する日々です。

6月は部屋の気温室温などに気を付けながら過ごしたいです。お天気の悪い日にはお部屋で楽しく遊べるよう、いろいろな玩具を出したいと思います。



## さくら組(3才児)

進級してから早いもので2ヶ月が経ち、2階の生活にもすっかり慣れた子ども達。顔つきもしっかりしてきたように感じます。一つ一つの活動に楽しく取り組む姿が見られ、やる気一杯です！リミックや絵画教室に加え、今年からスタートした体育指導、英語教室にも楽しく参加できるようになり、「pink! blue!」と元気に答えられる子が増えました。6月の自由参観では、リミックを楽しむ姿を見て頂けたら嬉しいです。

じめじめとした日が続き体調を崩しやすい時期となりますので、水分補給と休息をしっかりとりながら元気に過ごしていきたいと思います。



## もも組(1才児)

もも組での生活も早いもので2カ月がたち、泣いていた子も今ではすっかりと慣れ、笑顔が多く見られるようになってきました。お友達との関わりもだんだんと見られるようになり、顔を見合わせてはニコニコしていたり、一緒に手遊びや絵本を見て楽しむ姿も見られています。又、言葉が出始めているお子さんもいて保育士とのやり取りやが少しずつ聞かれるようになりました。一生懸命に伝えようとする姿は見えてとても可愛らしいです。これから梅雨の季節となり、室内で過ごす事が多くなると思いますが、楽しく過ごせるよう遊びを工夫していき、晴れた日には戸外に出て思いきり体を動かしたいと思います。



## ひまわり組(4才児)

気温がグッと上がり、日中は汗ばむ日も多くなってきましたね。集団で遊ぶ楽しさを覚え、戸外に出ると爆弾ゲームや9マス鬼ごっこがブームのひまわりさん。自分達でじゃんけんをして鬼を決めながらとても楽しそうに遊んでいます。先日ベランダのプランターにミニトマトの苗を植えました。毎日「おおきなあれ」と気持ちを含めて水やりをしたり、「せんせい、トマトがなってきたよ」と嬉しそうに教えてくれる声も聞こえるので、生長を楽しみながらみんなで育てていきたいと思います。6月は自由参観があります。英語教室で積極的に発言したり、子ども達が楽しく参加している姿をぜひご覧ください。



## ちゅうりっぷ組(2才児)

晴れたり雨が降ったり天気の変り変わりが多いこの時期。室内でも楽しく身体を動かして遊べるようにダンスをよく取り入れています。子ども達にはエビカニクスやジャンボリーミッキー、アンパンマンのサンサン体操が人気でした。園生活の中では、自分の気持ちがはっきりとしてきたり、色々なことがよく分かるようになってきたことでイヤイヤも多くなってきているようです。

6月は少しずつお部屋でも上履きを履いていこうと思っています。靴下や靴の着脱はどんどん上手になってきているちゅうりっぷ組さん。身の回りの事が自分で出来るよう引き続き声を掛けていこうと思います。



## ゆり組(5才児)

進級してから2ヶ月が経ちました。子ども達は新しい環境にもすっかり慣れてきたように感じます。園庭の畑にお芋の苗を植えてから、天気の良い日には外遊びの前に水をあげ「おいしくな～れ、おいしくな～れ。」と声を掛けている子ども達。自分で植えた苗の茎や葉っぱが大きくなったこと、土が乾いていると「喉がカラカラだね。」と友だちと話しながら毎日の生長に興味を示しています。今月も体調の変化に気を付けながら元気に過ごしていきたいと思います。

## 今月の給食レシピ

### 鶏肉のチーズパン粉焼き

#### 材料

鶏もも肉・・・1枚(約300g)  
マヨネーズ・・・30g(大匙2.5)  
パン粉・・・約20g(大匙6)  
粉チーズ・・・約20g(大匙3強)  
乾燥パセリ・・・3g(小さじ1/2)

#### 作り方

- ①パン粉、粉チーズ、パセリを混ぜ合わせておく。
- ②①とは別のボウルに食べやすい大きさに切った鶏肉とマヨネーズを入れよく混ぜる。
- ③鶏肉に①を纏わせるように付ける。
- ④クッキングシートを敷いた天板またはフライパンに肉を並べて焼く。



## ほけんだより

### 虫歯予防デー



虫歯を予防するためには、やはり歯みがきが一番大切です。お子さまが歯みがきをした後は仕上げみがきを行い、虫歯を予防しましょう。また、ご飯を食べる時はしっかりとかんで食べる習慣を付けましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることで口の中を洗い流し、虫歯を防いでくれる役割があります。



### 歯みがきのポイント

- ひざの上に子どもの頭を乗せ、寝かせみがきをします。
- 鉛筆と同じように歯ブラシを持ち、軽い力でみがきます。
- 奥歯の溝、歯と歯ぐきの間、歯と歯の間、歯の裏は特に丁寧にみがきます。
- 前歯は歯ブラシを90°にあててみがきましょう。
- 歯と歯ぐきの間は歯ブラシを45°にあてましょう。

虫歯ゼロの健康な歯を目指して、1本ずつ丁寧にみがいていきましょう!



# 6月 給食予定献立表

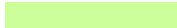
【栄養価の表示について】

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5月31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 土	豚肉と野菜のあんかけ丼 すまし汁	豚肉、人参、もやし、しめじ キャベツ、鶏がらスープの素 ごま油、 チンゲン菜、豆腐	牛乳 クラッカー せんべい	E 431/444 P 16.1/17.1 F 14.7/13.4 食塩 1.2/1.3	17 月	ごはん 豆腐入り鶏味噌みれ 小松菜のじゃこ和え すまし汁	鶏肉、豆腐、生姜、ねぎ 味噌、パン粉、卵、小松菜 人参、しらす、ごま油 わかめ、えのき	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)	E 439/459 P 17.5/18.9 F 15.3/14.3 食塩 1.7/1.8
2 日					18 火	雑穀米ごはん 鮭のムニエル ひじき入りサラダ みそ汁	のりたま、鮭、レモン、小麦粉 バター、ひじき、キャベツ、人参 コーン、竹輪 南瓜、玉葱	牛乳 ポップコーン (しお味)	E 433/451 P 18.8/19.9 F 15.8/14.8 食塩 1.3/1.4
3 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、卵、ナルト、万ねぎ キャベツ、胡瓜、トマト チーズ、玉葱、わかめ コンソメ	牛乳 ソーセージドック	E 496/524 P 16.7/17.5 F 22.8/23.9 食塩 1.9/2.2	19 水	大豆キーマカレー りんごサラダ わかめスープ バナナ	豚肉、人参、玉葱、ピーマン 大豆、カレールウ、りんご キャベツ、胡瓜、わかめ、卵 コンソメ	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳)	E 497/532 P 15.0/16.0 F 18.3/18.1 食塩 1.7/1.9
4 火	雑穀米ごはん ししやもの黄金焼き 切干大根サラダ みそ汁	のりおかか、ししやも、粉チーズ カレー粉、小麦粉、切干大根 人参、胡瓜、ツナ、ごま マヨネーズ、南瓜、玉葱	牛乳(2~5歳) 青りんごゼリー 麦茶(0~1歳) ヨーグルト、せんべい	E 462/529 P 19.3/20.1 F 15.5/19.0 食塩 1.2/1.4	20 木	ごはん 豚肉の生姜焼き トマトと胡瓜のナムル みそ汁	豚肉、生姜、人参、もやし 玉葱、トマト、胡瓜、ごま油 鶏がらスープの素、ごま ねぎ、舞茸	牛乳 ごまあんまん	E 465/485 P 18.3/19.3 F 16.9/15.9 食塩 1.0/1.3
5 水	麻婆豆腐丼 小松菜ともやしのナムル 春雨スープ オレンジ	豚肉、豆腐、人参、玉葱、椎茸 にんにく、生姜、味噌、片栗粉 小松菜、もやし、鶏がらスープの素 ごま油、春雨、卵	牛乳 サブレ せんべい 小魚(3~5歳)	E 515/553 P 17.9/19.6 F 18.6/18.5 食塩 1.3/1.4	21 金	かえるサンド ポトフ オレンジ	ロールパン、胡瓜、レーズン ツナ、コーン、マヨネーズ じゃが芋、人参、玉葱 キャベツ、ベーコン、コンソメ	牛乳(2~5歳) あじさいゼリー 麦茶(0~1歳) ヨーグルト、せんべい	E 557/594 P 18.9/19.7 F 20.2/20.4 食塩 1.8/2.0
6 木	ごはん 鶏肉の香り焼き マセドアンサラダ みそ汁 ヤクルト	鶏肉、玉葱、レモン、パセリ じゃが芋、人参、胡瓜 ハム、チーズ、マヨネーズ ねぎ、舞茸	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)	E 498/531 P 18.3/20.3 F 21.6/22.1 食塩 1.3/1.6	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	牛乳 サブレ せんべい	E 434/447 P 18.8/12.4 F 14.0/12.4 食塩 1.2/1.4
7 金	焼きそば トマトと胡瓜のナムル すまし汁 バナナ	中華麺、キャベツ、人参、ピーマン もやし、豚肉、ソース トマト、胡瓜、ごま、ごま油 鶏がらスープの素、ニラ、卵	牛乳 さつまいもマフィン	E 495/527 P 16.9/17.6 F 17.2/16.4 食塩 1.4/1.5	23 日				
8 土	親子丼 すまし汁	鶏肉、卵、ねぎ、玉葱 しめじ、舞茸 万ねぎ、豆腐	牛乳 ビスケット せんべい	E 436/455 P 18.8/20.1 F 14.0/12.6 食塩 1.4/1.5	24 月	ゆかりごはん ミートボール野菜あんかけ 南瓜サラダ みそ汁 オレンジ	ゆかり、豚肉、玉葱、人参 しめじ、パン粉、卵、片栗粉 南瓜、胡瓜、ベーコン ねぎ、豆腐	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳)	E 504/538 P 16.0/17.1 F 17.8/17.3 食塩 1.0/1.2
9 日					25 火	発芽玄米ごはん 煮魚 三色ごま和え みそ汁 ひじきごはん 胡瓜とさきみのごまみそ和え すまし汁 バナナ	のりたま、カラスカレイ 生姜、ほうれん草、人参 もやし、ごま わかめ、舞茸	牛乳 きな粉マドレーヌ	E 480/504 P 20.1/21.7 F 16.4/15.6 食塩 1.3/1.7
10 月	タコライス ポパイサラダ 卵スープ	豚肉、玉葱、人参、キャベツ トマト、チーズ、ケチャップ、ソース にんにく、カレー粉、ほうれん草 えのき、ねぎ、卵、コンソメ	牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳)	E 527/569 P 19.5/21.8 F 21.1/21.7 食塩 1.6/1.8	26 水	ごはん タンドリーチキン トマトサラダ みそ汁 バナナ	鶏肉、カレー粉、にんにく ソース、ケチャップ、ヨーグルト トマト、キャベツ、胡瓜 南瓜、玉葱	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳)	E 465/489 P 16.1/17.1 F 17.3/16.6 食塩 1.1/1.3
11 火	発芽玄米ごはん 鮭の五目あんかけ 小松菜とハムのドレッシング和え みそ汁	のりたま、鮭、蓮根、筍 人参、コーン、大豆、ごま油 小松菜、ハム、卵 キャベツ、油揚げ	牛乳 マーメイドチーズサンド	E 515/552 P 22.2/24.7 F 17.1/16.1 食塩 1.6/1.9	27 木	ごはん 冷やしうどん さつまいもの甘煮	稲庭風うどん、トマト、胡瓜 めんつゆ、さつまいも	牛乳 ビスケット せんべい	E 381/383 P 10.0/9.2 F 9.6/7.0 食塩 1.4/1.7
12 水	ピビンバ じゃがいもと竹輪のカレー煮 中華風卵スープ	豚肉、ねぎ、にんにく、生姜 人参、もやし、ほうれん草、味噌 ごま油、じゃが芋、いんげん 竹輪、カレー粉、豆腐、卵	牛乳 豆乳もち	E 437/454 P 16.8/17.6 F 16.4/15.6 食塩 1.4/1.6	28 金	ミートソーススパゲティ コーンサラダ 卵スープ	スパゲティ、豚肉、人参、玉葱 ピーマン、にんにく、ケチャップ、ソース 片栗粉、キャベツ、コーン、胡瓜 卵、ねぎ、コンソメ	牛乳 ふかし芋	E 504/537 P 16.3/16.8 F 13.3/11.7 食塩 1.3/1.5
13 木	ふりかけごはん 鶏のチーズパン粉焼き キャベツの甘酢和え みそ汁 オレンジ	おかか、鶏肉、パセリ パン粉、粉チーズ、マヨネーズ キャベツ、人参、ツナ ごま、ねぎ、わかめ	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳)	E 467/549 P 16.3/20.3 F 18.2/21.6 食塩 0.9/1.1	29 土				
14 金	わかめうどん 南瓜の甘煮 バナナ	うどん、わかめ、ねぎ 舞茸、油揚げ、ナルト 南瓜	牛乳 黒糖蒸しパン	E 411/421 P 13.6/13.4 F 10.4/8.0 食塩 1.7/2.1	30 日				
15 土	ロールサンド (ウインナー、ジャム) ポトフ	ロールパン、ウインナー ケチャップ、ソース、苺ジャム じゃが芋、人参、玉葱 キャベツ、コンソメ、ベーコン	牛乳 サブレ せんべい	E 428/442 P 14.1/14.6 F 19.4/19.4 食塩 1.9/2.1					
16 日									

※  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。

※市販品の菓子は卵、乳が含まれていないものを提供しています。小麦、大豆は含まれているものがあります。

【よく噛む習慣をつけましょう】

よく噛むことは唾液の分泌を促します。唾液には虫歯予防・消化を助ける・脳の動きを活性化させて集中力をアップするなどの効果があります。噛み応えのあるものをよく噛んで食べることを心掛けましょう。

# 6月 離乳食予定献立表

(令和6年5月31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		材料	完了期給食		日 曜	初期給食		材料	完了期給食	
	中期・後期給食	中期・後期午後おやつ		完了期午後おやつ	中期・後期給食		中期・後期午後おやつ	完了期午後おやつ			
1 土				豚肉と野菜のあんかけ すまし汁	牛乳 クラッカー、せんべい	17 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 すまし汁(わかめ、えのき)	鶏ひき肉、豆腐、人参 小松菜 醤油、砂糖 煮干、鰹節、わかめ えのき	ごはん 豆腐入り鶏味噌つみれ 小松菜のじゃこ和え すまし汁 牛乳 クッキー、せんべい	
2 日						18 火	お粥 玉葱煮 さつまい煮 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)	鮭、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 鮭のムニエル ひじき入りサラダ みそ汁 牛乳 ポップコーン	
3 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 オニオンスープ	鶏ひき肉、トマト キャベツ、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 ソーセージドック	19 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 わかめスープ	鶏ひき肉、人参、玉葱 キャベツ、醤油、砂糖 わかめ、コンソメ	大豆キーマカレー りんごサラダ わかめスープ バナナ 牛乳 ビスケット、せんべい	
4 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)	カラスカレイ、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 南瓜、玉葱	雑穀米ごはん ししゃもの黄金焼き 切干大根サラダ みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい		20 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(舞茸、ねぎ)	鶏ひき肉、玉葱、人参 もやし、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 舞茸、ねぎ	ごはん 豚肉の生姜焼き トマトと胡瓜のナムル みそ汁 牛乳 ごまあんまん	
5 水	お粥 人参煮 さつまい煮 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、玉葱 椎茸、砂糖、醤油 煮干、鰹節、春雨	麻婆豆腐丼 小松菜ともやしのナムル 春雨スープ オレンジ 牛乳 サブレ、せんべい		21 金	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	パン粥(食パン) ポトフ	食パン、粉ミルク じゃが芋、玉葱、人参 キャベツ、コンソメ 鶏ひき肉	かえるサンド ポトフ オレンジ 麦茶 ヨーグルト、せんべい	
6 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(ねぎ、舞茸)	鶏ひき肉、じゃが芋 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 ねぎ、舞茸	ごはん 鶏肉の香り焼き マセドアンサラダ みそ汁 牛乳 クッキー、せんべい		22 土				焼肉丼 すまし汁 牛乳 サブレ、せんべい	
7 金	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	煮込みうどん 煮魚	鶏ひき肉、人参、もやし キャベツ、醤油 煮干、鰹節、砂糖 カラスカレイ	焼きそば トマトと胡瓜のナムル すまし汁 バナナ 牛乳 さつまいもマフィン		23 日					
8 土				親子丼 すまし汁	牛乳 ビスケット、せんべい	24 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(ねぎ、豆腐)	鶏ひき肉、人参、玉葱 しめじ、南瓜、醤油 砂糖、煮干、鰹節、味噌 ねぎ、豆腐	ゆかりごはん ミートボール野菜あんかけ 南瓜サラダ みそ汁 オレンジ 牛乳 ビスケット、せんべい	
9 日						25 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(わかめ、舞茸)	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 わかめ、舞茸	発芽玄米ごはん 煮魚 三色ごま和え みそ汁 牛乳 きな粉マドレーヌ	
10 月	お粥 玉葱煮 さつまい煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 コンソメスープ(ねぎ)	鶏ひき肉、玉葱、人参 ほうれん草、醤油、砂糖 ねぎ、コンソメ	タコライス ポパイサラダ 卵スープ	牛乳 クッキー、せんべい	26 水	お粥 玉葱煮 さつまい煮 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)	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 胡瓜とささみのごまみそ和え すまし汁 バナナ 牛乳 ぶどうパン	
11 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)	鮭、筍、人参 小松菜 煮干、鰹節、味噌 キャベツ 醤油、砂糖	発芽玄米ごはん 鮭の五目あんかけ 小松菜とハムのドレッシング和え みそ汁 牛乳 マーレドチーズサンド		27 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(南瓜、玉葱)	鶏ひき肉、キャベツ トマト、砂糖、醤油 煮干、鰹節、味噌 南瓜、玉葱	ごはん タンダリーチキン トマトサラダ みそ汁 牛乳 クラッカー、せんべい	
12 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(豆腐)	鶏ひき肉、ほうれん草 人参、もやし、醤油 砂糖、煮干、鰹節 豆腐	ピザパン じゃが芋と竹輪のカレー煮 中華卵スープ	牛乳 豆乳もち	28 金	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、鶏ひき肉 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 コンソメスープ 卵スープ 牛乳 ふかし芋	
13 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(ねぎ、わかめ)	鶏ひき肉、キャベツ 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 ねぎ、わかめ	ふりかけごはん 鶏のチーズパン粉焼き キャベツの甘酢和え みそ汁 オレンジ 牛乳 クラッカー、せんべい		29 土				冷やしうどん さつまいもの甘煮 牛乳 ビスケット、せんべい	
14 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	鶏ひき肉、舞茸 ねぎ、醤油 煮干、鰹節、砂糖 南瓜	わかめうどん 南瓜の甘煮 バナナ	牛乳 黒糖蒸しパン	30 日					
15 土				ロールサンド (ウインナー、ジャム) ポトフ	牛乳 サブレ、せんべい						
16 日						※  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。  
 ※市販品の菓子は卵、乳が含まれていないものをご提供しています。小麦、大豆は含まれているものがあります。