



じょうぶな子、げんきな子

今年も連日30℃を越す暑さが続いています。子ども達は真夏の太陽にも負けず元気いっぱいです。園では、熱中症対策として水遊びのやり方を考えたり、日差しが強すぎる時間は外に出るのをひかえたりしています。また、水筒や麦茶をいつでも飲めるよう配慮して十分な水分補給も心がけ、子どもたちの体調に気を付けて行きます。夏ならではの遊びを満喫し、このパワーを2学期につなげていきたいと思えます。また、疲れの出やすい時期なので、ご家庭でも早寝、早起き、十分な休息とバランスを考慮した食事を心掛けて一日の疲れを次の日に残さないよう気を付けていきましょう。まだまだ続くこの暑さ、子供だけでなく大人も夏バテに気を付けて元気に過ごしましょう。

暑さも厳しくなっています。体調不良で病院を受診した際には、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

| | |
|-------------------|-------------------------------|
| 3日(土) 布団乾燥 | 20日(火) 梨狩り(3・4・5才) / 絵本・納入袋配布 |
| 5日(月) 英語教室 | 22日(木) 身体測定 |
| 6日(火) 視力検査(5才) | 23日(金) 避難訓練(不審者) |
| 7日(水) 視力検査(4才) | 26日(月) リトミック |
| 8日(木) 絵画教室(4・5才) | 28日(水) 誕生会 |
| 9日(金) 絵本読み聞かせ(5才) | 29日(木) プール納め |
| 11日(日) 山の日 | 30日(金) ゆり組デー(5才) |
| 12日(月) 振替休日 | 園便り・献立表配信 |
| 13日(火) 絵画教室(2・3才) | |
| 17日(土) 布団乾燥 | |

今月の保育目標

たんぽぽ ー・気持ち良さや心地良さを味わいながら、水遊びを楽しむ。
・十分に休息を取りながら、暑い夏を快適に過ごせるようにする。

も ー・休息や栄養を十分に取安定した生活リズムで元気に過ごす
・安全を第一に水に親しみ、色々な感触を感じ水遊びを楽しむ
・衛生面や体調管理に留意し、暑い日々を快適に過ごす。

ちゅうりっぷ ー・十分な休息をとりながら健康に過ごす。
・体調や安全に配慮されながら水遊びを存分に楽しむ。

さくら ー・友達と一緒に夏の遊びを楽しむ。
・自分の思ったことや感じたことを表現しながら遊ぶ。
・水分や休息をこまめに取ながら快適に過ごす。

ひまわり ー・夏ならではの遊びを保育士や友達と一緒に楽しむ。
・夏を健康に過ごす為の生活習慣を身に付ける。

ゆり ー・体を動かし、夏ならではのあそびを十分に楽しむ。
・友だちと一緒に考えを出し合いながら、工夫したり協力したりして仲間意識を高める。
・自分の思ったこと、感じたこと、経験したことを相手にわかりやすく話す。

お知らせとお願い

●6月7月と2回に分けて3・4・5才児の自由参観を行いました。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。

●30日のゆり組デー(5才児のみ)は、夕食をみんなで食べ、20時ごろのお迎えを予定しております。詳細は貼りだしのお知らせをご覧ください。





たんぽぽ組(0才児)

7月は暑い日が続く、外遊びでは子どもたちも元氣いっぱい遊んで汗をかきました。麦茶をコップで飲むのも上手になってきています。初めての水遊びでは戸惑いながら泣いてしまう子どもも居ましたが、慣れてくると自ら水や玩具を触ってパシャパシャと遊んでいました。中にはもっと入りたいと出るのを嫌がる子どもも居ました。夏祭りでは大きな太鼓の音にびっくりしていましたが、盆踊りの音楽に体を揺らしたり珍しそうにジーっと見ていたり、いつもと違う特別な雰囲気を感じたと思います。お部屋ではお祭り列車に乗り楽しみました。8月も、保育室で元気に過ごす子どもたちがたくさん見られるよう、水分補給や体調管理には気を付けて過ごしていきたいです。



さくら組(3才児)

連日気温の高い日が続いていますね。子どもたちは元氣いっぱいに水遊びを楽しみ、「きもちいいね〜！」と嬉しそうな声が響いています。疲れも出やすい時期なので、1日の疲れを次の日に残さないよう、十分気を付けていきたいですね。先日は【お二階さん】として、初めての夏祭りに参加しました。太鼓鑑賞をしたり、練習した盆踊りを張り切って踊り、皆で作った山車を「わっしょい！」と言いながら元気に引きました。スイカ割りもして、「楽しかったー！！」と笑顔の子ども達でした。8月も水分補給や休息を十分取りながら、元気に過ごしたいと思います。



もも組(1才児)

青空が広がる日が多くなり、いよいよ夏本番を迎えました。今年も猛暑が続いていますが夏の暑さにも負けず子ども達は元氣いっぱいに過ごしています。水遊びでは噴水マットや玩具を使って水に親しみ楽しんでいる姿が見られました。夏まつりごっこでは、盆踊りをしたり、はちまきやお面をつけてコンビカーに乗って縁日ごっこを満喫しました。暑さで体力を消耗しやすい時期なので、こまめな水分補給や快適な室内で過ごしていきたいです。



ひまわり組(4才児)

毎日暑い日が続いていますね。天気の良い日は「今日プール入れるかな？」と友達同士で会話が盛り上がっているひまわりさん。プールやテラス、園庭での水遊びでは自ら水をかぶり、水の心地良さを存分に味わいながら楽しむ姿が見られます。先日は夏祭りがありました！太鼓鑑賞では子ども達の好きな「アイドル」の曲を披露していただいたので、口ずさみながらノリノリで楽しんでいました。皆で協力して作った山車は「ワッショイ」と掛け声をしながら頑張って引いていた子ども達です。すいかわりや職員の出し物も楽しむことができ、良い思い出となりました。疲れが出やすい時期なので水分と休息をしっかり取りながら健康面に気を付けて過ごしていきたいです。



ちゅうりっぷ組(2才児)

梅雨も明け、いよいよ夏本番になりました。暑さの中でも子ども達は「おはようございます！」と元氣よく挨拶をして登園してくれています。7月は水遊びでシャワーを浴びたり、おもちゃやバケツを使ってままごとをしたりと涼を取りながら楽しみ、雨の日にははじき絵やハサミを使った製作、サーキット遊びなど室内でも楽しめるような活動を多く行いました。夏まつりごっこでは、太鼓の演奏やお神輿を見たり、盆踊りや的当てゲームをして楽しみました。「やりたいやりたい！」と目を輝かせていた姿が印象的でした。8月も体調面に気を付けながら元気に過ごしていきたいです。



ゆり組(5才児)

梅雨が明け、暑い夏がやってきました！暑さに負けない体を作るために、早寝・早起き・朝ごはん等、生活リズムを崩さないよう過ごしていきたいですね。7月の夏祭りでは神輿を担ぎ、みんなで「わっしょい、わっしょい。」と掛け合う姿がとてもしっかりと楽しめました。夏まつりを経て協力し合うことの楽しさを味わった子ども達は少しお兄さん・お姉さんの顔つきになってきたように感じます。今月は共同制作、ゆり組DAYに期待を高め楽しみにしている子ども達と一緒に楽しい思い出をつくっていききたいと思います。

給食室より

豆乳もち

材料

豆乳・・・200ml
片栗粉・・・20g
砂糖・・・20g

きな粉・・・適量
砂糖・・・適量
塩・・・少々

作り方

- ①鍋に豆乳、片栗粉、砂糖を入れよく混ぜる。
- ②中火にかけ、とろみがつくまでへらでかき混ぜ続ける。
粘り気が強くなったら練るように混ぜ、ある程度纏まったら火からおろす。
- ③バットなどに平たく伸ばし冷蔵庫で冷やす。
- ④一口大にちぎり、きな粉にからめる。



ほけんだより

手足口病

乳幼児の間で流行するウイルス性の夏風邪の一種で、飛沫感染します。手足や口の中・口の周りに水ぼうやや赤い湿疹が出るのが特徴で、ひざやお尻に出ることもあります。症状は3～5日で治まりますが、周囲の人に感染しないように注意しましょう。潜伏期間は3～6日位です。稀に大人も移るので注意して下さい。ウイルス性の風邪のため抗生物質は無効で、自宅療養での自然治癒を待ちますが、発熱や嘔吐がある場合は症状を緩和する薬を処方してもらいましょう。

手足口病に罹患した場合は、登園届が必要になります。病院受診した際に、登園基準を確認のうえ、登園届の提出をお願いします。解熱後1日以上経過し、普通の食事が食べれることを確認して下さい。

口の中に水ぼうやが出ている間、お子さまに食欲がなければ、水分補給をしっかり行い、スポーツリンクやリンゴジュースなどで糖分補給し、スープやみそ汁等で塩分補給し、食欲が出てきたらゼリーやうどんなどで口当たりのいいものからはじめてくあげましょう。普通の食事を食べれるようになってから登園して下さい。



8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7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 | | 日曜 | 献立 | 材料 | おやつ | 栄養価 | |
|----|--|---|--|-------------|-------------|---------|---|---|---------------------------------|-------------|-------------|
| | | | | 未満児/以上児 | | | | | | 未満児/以上児 | |
| 木 | 1 ごはん ミートボール野菜あんかけ 小松菜とコーンのバター醤油炒め みそ汁 | 豚肉、玉葱、人参、しめじ 片栗粉、卵、パン粉、小松菜 コーン、しらす、バター ねぎ、豆腐 | 牛乳 サブレ せんべい 小魚(3~5歳) | E 459/481 | P 16.9/18.4 | 17 土 | 17 そうめん じゃが芋のそぼろ煮 | そうめん、胡瓜、みかん缶 めんつゆ じゃが芋、鶏肉 | 牛乳 ビスケット せんべい | E 421/434 | P 14.2/14.6 |
| | | | | F 16.2/15.3 | 食塩 1.3/1.5 | | | | | F 12.5/10.7 | 食塩 1.7/2.0 |
| 金 | 2 冷やしうどん 竹輪の磯辺揚げ オレンジ | 稲庭風うどん、胡瓜、トマト めんつゆ 竹輪、青のり、てんぷら粉 | 牛乳 ばりばりカルシウム | E 437/450 | P 18.6/19.8 | 18 日 | | | | | E 437/450 |
| | | | | F 14.5/13.3 | 食塩 2.1/2.5 | | | | | | |
| 土 | 3 焼肉丼 すまし汁 | 豚肉、生姜、玉葱、キャベツ チンゲン菜、豆腐 | 牛乳 クッキー せんべい | E 424/436 | P 12.7/12.4 | 19 月 | 19 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 | 牛乳 豆乳もち | E 441/456 | P 18.0/18.8 |
| | | | | F 13.5/11.9 | 食塩 1.2/1.4 | | | | | F 16.2/15.3 | 食塩 1.3/1.4 |
| 日 | 4 | | | E 494/531 | P 18.9/20.1 | 20 火 | 20 発芽玄米ごはん 魚のパークュー焼き 切干大根のサラダ みそ汁 | のりたま、ガスライ、りんご 片栗粉、切干大根、人参 胡瓜、ツナ、ごま、マヨネーズ なす、油揚げ | 牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳) | E 490/517 | P 19.4/20.9 |
| | | F 15.1/13.8 | 食塩 2.1/2.5 | F 14.5/12.9 | 食塩 1.1/1.3 | | | | | | |
| 月 | 5 ビビンバ じゃがいもと竹輪のカレー煮 春雨スープ すいか | 豚肉、にんにく、生姜、もやし ほうれん草、人参、味噌 ごま油、じゃが芋、いんげん 竹輪、加ー粉、春雨、卵 | 牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳) | E 494/531 | P 18.9/20.1 | 21 水 | 21 親子そぼろ丼 もやしサラダ みそ汁 バナナ | 鶏肉、卵、いんげん、海苔 ごま、てんぷら、もやし、人参 胡瓜、ごま油 キャベツ、油揚げ | 牛乳 バタースティックパン | E 483/510 | P 21.0/22.8 |
| | | | | F 15.1/13.8 | 食塩 2.1/2.5 | | | | | F 16.1/15.0 | 食塩 1.3/1.5 |
| 火 | 6 ピラフ 魚のパン粉焼き トマトサラダ わかめスープ バナナ | 玉葱、ピーマン、にんにく、人参 ハム、バター、鮭、パン粉、粉チーズ 青のり、マヨネーズ、キャベツ、トマト 胡瓜、わかめ、卵、コンソメ | 牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳) | E 491/519 | P 19.5/21.0 | 22 木 | 22 夏野菜カレーライス コーンサラダ すまし汁 | 豚肉、人参、玉葱、なす 南瓜、キャベツ、胡瓜 コーン、小松菜、豆腐 カレールウ | 牛乳 クッキー せんべい 小魚(3~5歳) | E 492/528 | P 14.9/16.0 |
| | | | | F 17.8/17.1 | 食塩 1.0/1.2 | | | | | F 19.0/18.8 | 食塩 1.4/1.6 |
| 水 | 7 雑穀米ごはん なすの酢豚 胡瓜の華風和え みそ汁 | のりおかか、なす、玉葱、人参 ケチャップ、片栗粉、わかめ 胡瓜、もやし、コーン、ごま ごま油、キャベツ、油揚げ | 牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳) | E 451/467 | P 18.9/20.1 | 23 金 | 23 ロールサンド (ウインナー、ジャム) ポトフ すいか | 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、キャベツ 玉葱、ベーコン、コンソメ | 牛乳 ホットク | E 468/491 | P 15.7/16.4 |
| | | | | F 15.1/13.8 | 食塩 2.1/2.5 | | | | | F 18.8/18.6 | 食塩 1.9/2.1 |
| 木 | 8 ごはん 鶏肉のレモン醤油がけ 小松菜ともやしのナムル みそ汁 | 鶏肉、レモン、生姜、片栗粉 小松菜、もやし、人参、ごま ごま油、鶏がらスープの素 なす、油揚げ | 牛乳 ウインナーパン | E 423/435 | P 21.1/23.0 | 24 土 | 24 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 14.0/12.6 | 食塩 1.3/1.5 | | | | | F 14.7/13.4 | 食塩 1.2/1.3 |
| 金 | 9 ミートソーススパゲティ フレンチサラダ 卵スープ | スパゲティ、にんにく、玉葱 人参、ピーマン、ケチャップ ソース、片栗粉、キャベツ 胡瓜、卵、ねぎ、コンソメ | 牛乳 ごまドレーヌ | E 488/513 | P 18.1/19.0 | 25 日 | | | | | E 488/513 |
| | | | | F 21.5/22.0 | 食塩 1.4/1.6 | | | | | | |
| 土 | 10 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、キャベツ 玉葱、ベーコン、コンソメ | 牛乳 サブレ せんべい | E 428/442 | P 14.1/14.6 | 26 月 | 26 五目とりめし 小松菜とハムのドレッシング和え みそ汁 バナナ | 鶏肉、人参、ごぼう、しめじ 舞茸、小松菜、ハム、卵 ごま油 なす、油揚げ | 牛乳 マーブル蒸しパン | E 456/478 | P 16.5/17.2 |
| | | | | F 19.4/19.4 | 食塩 1.9/2.1 | | | | | F 13.9/12.5 | 食塩 1.2/1.4 |
| 日 | 11 山の日 | | | E 472/496 | P 21.1/23.1 | 27 火 | 27 雑穀米ごはん 鮭の味噌マヨネーズ焼き ひじきサラダ すまし汁 | おかか、鮭、マヨネーズ 味噌、ひじき、キャベツ 人参、胡瓜、ごま 小松菜、豆腐 | 牛乳 ぶどうパン | E 472/496 | P 21.1/23.1 |
| | | F 15.1/13.7 | 食塩 1.5/1.8 | | | | | | | | |
| 月 | 12 振替休日 | | | E 460/484 | P 14.7/15.6 | 28 水 | 28 チャーハン チーズ入りマトナド オニオンスープ オレンジ | 焼豚、万ねぎ、卵、ナルト チーズ、トマト、キャベツ 胡瓜、玉葱、わかめ コンソメ | 牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳) | E 460/484 | P 14.7/15.6 |
| | | F 15.2/14.4 | 食塩 1.4/1.6 | F 15.2/14.4 | 食塩 1.4/1.6 | | | | | | |
| 火 | 13 冷麦 さつまいもと 豚肉の煮物 | 冷麦、胡瓜、みかん缶 めんつゆ さつまいも、豚肉 | 牛乳(2~5歳) フルーチェ(ピーチ) 麦茶(0~1歳) ヨーグルト、せんべい | E 406/456 | P 14.2/15.2 | 29 木 | 29 ごはん 照りマヨボーク キャベツのごま和え みそ汁 | 豚肉、玉葱、ピーマン マヨネーズ、キャベツ 人参、油揚げ、ごま 豆腐、ねぎ | 麦茶 ヨーグルト せんべい | E 447/454 | P 18.0/18.0 |
| | | | | F 9.0/10.6 | 食塩 1.3/1.6 | | | | | F 14.8/13.5 | 食塩 1.4/1.7 |
| 水 | 14 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 トマト、玉葱、ハム、卵 コンソメ、片栗粉 | 牛乳 クッキー せんべい | E 468/492 | P 15.1/15.4 | 30 金 | 30 ごはん 鶏の甘辛唐揚げ わかめの酢の物 みそ汁 ヤクルト | 鶏肉、生姜、にんにく 小麦粉、片栗粉、ごま わかめ、カニカマ、胡瓜 南瓜、玉葱 | 牛乳 サブレ せんべい 小魚(3~5歳) | E 492/563 | P 16.1/18.0 |
| | | | | F 18.2/17.9 | 食塩 1.8/2.1 | | | | | F 19.6/19.7 | 食塩 1.2/1.3 |
| 木 | 15 サラダうどん 南瓜の そぼろあんかけ | 稲庭風うどん、トマト、胡瓜 ツナ、マヨネーズ、めんつゆ 南瓜、鶏肉、片栗粉 | 牛乳 クラッカー せんべい | E 453/471 | P 15.5/16.0 | 31 土 | 31 和風スパゲティ すまし汁 | スパゲティ、しめじ、舞茸 ほうれん草、玉葱 ベーコン、めんつゆ 万ねぎ、豆腐 | 牛乳 クッキー せんべい | E 403/409 | P 15.0/15.5 |
| | | | | F 17.8/17.1 | 食塩 1.6/1.8 | | | | | F 15.0/13.7 | 食塩 1.3/1.4 |
| 金 | 16 鮭寿司 スパゲティサラダ みそ汁 | 紅鮭、胡瓜、ごま、海苔 卵、サラスパ、りんご、ハム マヨネーズ、みかん缶 豆腐、ねぎ | 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 425/442 | P 15.3/14.9 | ※ | ※ は新メニューになります。 | | | | E 425/442 |
| | | | | F 11.9/12.1 | 食塩 0.9/1.0 | | | | | | |

※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。

【夏場に食欲増進する食事】

夏は暑さで食欲が減退しがちです。夏バテを防ぐためにも、カレー粉や梅、レモンなどの酸味を使って食欲増進を図りましょう。
スパイスは風味を増すだけでなく、食欲増進効果があります。

8月 離乳食予定献立表

(令和6年7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 | |
|---------|------------------------------|--|--|--|---------|------------------------------|--|---|---|---|-------|
| | お粥 | 中期・後期給食 | | 完了期給食 | 完了期給食 | | お粥 | 中期・後期給食 | | 完了期給食 | 完了期給食 |
| 1 木 | 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(豆腐、ねぎ) ヨーグルト ビスケット | 鶏ひき肉、玉葱、人参 しめじ、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 豆腐、ねぎ | ごはん ミートボール野菜あんかけ 小松菜とコーンのバター醤油炒め みそ汁 牛乳 サブレ、せんべい | 17 土 | | | | | そうめん じゃが芋のそぼろ煮 牛乳 ビスケット、せんべい | |
| 2 金 | お粥 ほうれん草煮 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、トマト 煮干、鰹節、醤油 カラスカレイ、砂糖 | 冷やしうどん 竹輪の磯辺揚げ 牛乳 ぱりぱりカルシウム | 18 日 | | | | | | |
| 3 土 | | | | 焼肉丼 すまし汁 牛乳 クッキー、せんべい | 19 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) 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 鶏肉のみそ焼き 小松菜のじゃこ和え すまし汁 牛乳 豆乳もち | | |
| 4 日 | | | | | | 20 火 | 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(なす) ヨーグルト ビスケット | カラスカレイ、切干大根 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 なす | ごはん 発芽玄米ごはん 魚のバーベキュー焼き 切干大根サラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい | |
| 5 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 春雨スープ ヨーグルト せんべい | 鶏ひき肉、ほうれん草 人参、もやし、醤油、砂糖 煮干、鰹節、春雨 | ピビンバ じゃがいもと竹輪のカレー煮 春雨スープ すいか 牛乳 ビスケット、せんべい | 21 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(キャベツ) ヨーグルト 食パン | 鶏ひき肉、もやし、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 キャベツ | 親子そぼろ丼 もやしサラダ みそ汁 バナナ 牛乳 バタースティックパン | | |
| 6 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 わかめスープ ヨーグルト クッキー | 鮭、キャベツ、人参 玉葱、トマト、醤油、砂糖 わかめ、コンソメ | ピラフ 魚のパン粉焼き トマトサラダ わかめスープ バナナ 牛乳 クッキー、せんべい | 22 木 | 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 すまし汁(小松菜、豆腐) ヨーグルト クッキー | 鶏ひき肉、南瓜、人参 玉葱、醤油、砂糖 煮干、鰹節 小松菜、豆腐 | 夏野菜カレーライス コーンサラダ すまし汁 牛乳 クッキー、せんべい | | |
| 7 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(キャベツ) ヨーグルト ビスケット | 鶏ひき肉、人参、玉葱 なす、砂糖、醤油 煮干、鰹節、味噌 キャベツ | 雑穀ごはん なすの酢豚 胡瓜の華風和え みそ汁 牛乳 クッキー、せんべい | 23 金 | お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ | お粥(食パン) ポトフ ヨーグルト せんべい | 食パン、粉ミルク 鶏ひき肉、じゃが芋、人参 玉葱、キャベツ、コンソメ | ロールサンド ポトフ すいか 牛乳 ホットク | | |
| 8 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(なす) ヨーグルト プレーン蒸しパン | 鶏ひき肉、人参、小松菜 もやし、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 なす | ごはん 鶏肉のレモン醤油がけ 小松菜ともやしのナムル みそ汁 牛乳 ウィンナーパン | 24 土 | | | | | 豚肉と野菜のあんかけ丼 すまし汁 牛乳 クッキー、せんべい | |
| 9 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 プレーン蒸しパン | 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 | ミートソーススパゲティ フレンチサラダ 卵スープ 牛乳 ごまドレーヌ | 25 日 | | | | | | |
| 10 土 | | | | ロールサンド (ウィンナー、ジャム) ポトフ 牛乳 サブレ、せんべい | 26 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(なす) ヨーグルト プレーン蒸しパン | 鶏ひき肉、しめじ、人参 舞茸、小松菜、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 なす | 五目とりめし 小松菜とハムのドレッシング和え みそ汁 バナナ 牛乳 マーブル蒸しパン | | |
| 11 日 | 山の日 | | | | | | | | | | |
| 12 月 | 振替休日 | | | | | | | | | | |
| 13 火 | お粥 人参煮 じゃがいも煮 野菜スープ | にゅうめん さつまいものそぼろ煮 ヨーグルト せんべい | 冷麦、煮干、鰹節、醤油 さつまいも、鶏ひき肉 砂糖 | 冷麦 さつまいもと豚肉の煮物 麦茶 ヨーグルト、せんべい | 27 火 | 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 すまし汁(小松菜、豆腐) ヨーグルト 食パン | 鮭、人参、キャベツ 醤油、砂糖 鰹節、煮干 小松菜、豆腐 | 雑穀ごはん 鮭の味噌マヨネーズ焼き ひじきサラダ すまし汁 牛乳 ぶどうパン | | |
| 14 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 すまし汁(トマト、玉葱) ヨーグルト クッキー | 鶏ひき肉、玉葱、人参 じゃが芋、醤油、砂糖 トマト、玉葱、鰹節、煮干 | カレーライス トマトスープ 牛乳 クッキー、せんべい | 28 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 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、醤油、砂糖 わかめ、玉葱、コンソメ | チャーハン チーズ入りマトザラダ オニオンスープ オレンジ 牛乳 ビスケット、せんべい | | |
| 15 木 | お粥 ほうれん草煮 南瓜煮 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 ビスケット | うどん、トマト、醤油 鰹節、煮干 南瓜、鶏ひき肉、砂糖 片栗粉 | サラダうどん 南瓜のそぼろあんかけ 牛乳 クッキー、せんべい | 29 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(豆腐、ねぎ) 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 豆腐、ねぎ | ごはん 照りマヨポーク キャベツのごま和え みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい | | |
| 16 金 | 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(ねぎ、豆腐) ヨーグルト せんべい | 鮭、人参、じゃが芋 醤油、砂糖 鰹節、煮干、味噌 ねぎ、豆腐 | 鮭寿司 スパゲティサラダ みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい | 30 金 | 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(南瓜、玉葱) ヨーグルト せんべい | 鶏ひき肉、人参、キャベツ 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 南瓜、玉葱 | ごはん 鶏の甘辛唐揚げ わかめの酢の物 みそ汁 牛乳 サブレ、せんべい | | |
| | | | | | 31 土 | | | | | 和風スパゲティ すまし汁 牛乳 クッキー、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。
※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。