



じょうぶな子、げんきな子

梅雨が明けると同時に、連日35℃を超す暑が続いています。保育園でも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控えたりしながら、夏ならではの活動を楽しんでいます。また、十分な水分補給も心掛け、水筒や麦茶をいつでも飲めるように引き続き子どもたちの体調に気を付けていきたいと思っています。疲れの出やすい時期なので、ご家庭でも『早寝・早起き・朝ごはん』を心掛けていただき、子ども達が朝からしっかりと活動できるようにご協力をお願い致します。



ゆりぐみデーについて

29日のゆり組デーには市立松戸高校の吹奏楽部の皆さんが、演奏会を開いてくれる予定です。又、5歳児のみ、夕食までみんなで過ごし、20時頃のお迎えを予定しています。詳細は貼りだしのお知らせをご覧ください。



8月の行事予定

2日(土) 布団乾燥
 4日(月) 英語教室
 5日(火) 視力検査(5才)
 6日(水) 視力検査(4才)
 7日(木) 絵画教室(4・5才)
 8日(金) リトミック
 11日(月) 山の日
 14日(木) 絵画教室(2・3才)
 16日(土) 布団乾燥

18日(月) 梨狩り(4・5才)
 19日(火) 梨狩り予備日
 20日(水) 絵本納入袋配布
 21日(木) 身体測定
 22日(金) 避難訓練(不審者)
 27日(水) 誕生会
 28日(木) プール納め
 29日(金) ゆり組デー
 園便り・献立表配信

今月の保育目標

- たんぽぽ ― 水に慣れながら気持ち良さや心地よさを味わう
 ・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 も ― 水に親しみ、水の感触や心地良さを感しながら積極的に楽しむ
 ・休息、栄養を十分に取り、安定した生活リズムの中で元気に過ごす
- ちゅうりっぷ ― 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
 ・かかわりの中で、相手の気持ちや考えに気付く
- 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 ― 季節を感じながら保育士や友達と一緒に夏の遊びを楽しむ
 ・夏を健康に過ごす為の生活習慣を身に付ける
- ゆり ― 夏ならではの遊びを楽しみ、友達と一緒に試したり考えて遊ぶ
 ・自分なりに目標や目当てをもって存分に遊びを楽しむ
 ・活動と休憩のバランスをしっかりととりながら、元気に過ごす

お知らせとお願い

●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。
 又、体調不良で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など目安を聞いてみましょう。

●8月18日(月)に予定している梨狩りですが、今年の暑さを考慮して、ゆり組、ひまわり組の2クラスで行くことになりました。ご了承ください。





たんぽぽ組 (0才児)

青空も広がり、夏本番ですね。毎日暑い日が続いていますが、子ども達は元気いっぱいに過ごしています。初めての水遊びでは、戸惑って泣いてしまっていた子も回を重ねるうちに、自らでることを嫌がってしまう程に楽しんでいきます。

夏まつりの盆踊りでは、お兄さん、お姉さん達の元気な掛け声に固まってしまう子、音楽にのって体を揺らしている子や手を振っている子もいました。お部屋では、神輿を引いたり、お祭りcarに乗ったり楽しい一時を過ごしました。

8月も元気いっぱいに過ごせるよう、こまめな水分補給を取りながら、体調管理に気をつけて過ごしていきたいと思います。



さくら組 (3才児)

毎日暑い日が続いていますが、天気の良い日はプールや水遊びができることをとても喜んでいきます。さくら組になり大きなプールにも少しずつ慣れてきた様子です。最初は水が少し苦手だった子も少しずつ慣れてきて、みんなで水の気持ち良さを感じながら楽しんでいきます。先日の夏まつりでは、元気に盆踊りを踊ったり、ゲームコーナーでは、おかしすくいをしたり、フォトコーナーでは写真を撮ったり、わたあめを食べたり、お2階みんなで焼きそばを食べたりと楽しみました。

8月も、プール遊び・水遊び・行事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。



もも組 (1才児)

真夏を思わせるような日々が続いた6月も、もも組の子ども達は元気一杯に日々の活動を楽しんでいました。お気に入り水遊び!! どの子も保育者と一緒に水を汲んだりこぼしたり、水の面白さ、不思議さを体験しました。中には「もっと遊びたい」と言って泣いてしまう子もいましたが、保育者が「楽しかったね、またやろうね!!」と声を掛けると理解してくれて次の朝「ジャブジャブやる?」と聞いてくる子もいました。夏まつりで踊った「アンパンマン音頭」では、家で練習していたのかとても上手に曲に合わせて踊ったり手拍子を見せてくれました。一生懸命踊っている姿はとても可愛く、合同練習ではお兄さんお姉さんクラスの友達にも褒められ嬉しそうでした。

8月も安全に配慮しながら1人1人の体調に気を付け、夏ならではの遊びを体験し楽しい思い出を作っていきたいと思っています。



ひまわり組 (4才児)

プール開きをしてプール遊びが始まりました。約束事をしっかりと聞いてプールに入った子ども達。久しぶりの水の感触に「きゃー!!」という歓声があがりました。水をかけあったりハイハイで進んだり...その都度嬉しそうな笑顔が見られました。食育では、茹でる前の枝豆を触ってから、さやかに出してみました。指に力を入れてプチッと...上手に出来ました。2階3クラス合同でうちわの製作をしました。みんなで協力して可愛いうちわが出来あがり、夏まつりで嬉しそうにあおぐ姿が見られました。8月は暑さも本番になってきます。しっかりと水分補給をし楽しく過ごしていきます。



ちゅうりっぷ組 (2才児)

7月は大好きな水遊びが始まり、天気の良い日にはたくさん水遊びをすることができました。噴水の冷たい水や水鉄砲、貝殻の玩具など夏ならではの玩具で目いっぱい遊びました。先日の夏祭りでは初めて太鼓の演奏を見る子どもも居て、お部屋に戻ってからも「ドンドンいってた!!」「かっこよかった!!」と興奮して感想を教えてくださいました。玩具すくいやワニワニパニック、うちわ屋さんなどいつもと違う雰囲気になわくわくしていた子どもたち。少しでも楽しい思い出になってくれたら嬉しいです。まだまだ暑い日が続きますので、体調の変化や室温に気をつけて夏を乗り切りたいと思います!



ゆり組 (5才児)

眩しい太陽の陽射しと共に夏がやってきました。暑い日はプール遊びや水遊びで楽しみました。久しぶりのプールに大興奮のみんなでした。今月は夏祭りに向けて、準備や制作を楽しみました。おみこしに飾るはっぴの飾りは絵の具を使って作り、屋根の花紙はみんなで色を決めて作ったものです。お神輿の練習は少しでしたが、当日は前半後半の交代もスムーズでとても大きな掛け声で頑張りました。縁日ごっこではさくらさん、ひまわりさんと手を繋ぎ、おかしつり、わたあめ屋さん、フォトスポットを楽しみました。「楽しかったなーまたやりたいな」と言っているみんながとてもかわいかったです。8月も体調管理をしっかりして過ごしたいと思っています。

給食室より

ちんすこう

材料(1個分)

- ・薄力粉 10g(大さじ1強)
- ・砂糖 4.2g(小さじ1.5)
- ・サラダ油 4.2g(小さじ1)

作り方

- ①ボウルにサラダ油と砂糖を入れてよく混ぜる。
- ②薄力粉をふるいながら入れ混ぜる。
- ③適当な大きさに丸めて軽くつぶし広げる。
鉄板にクッキングシートをひき並べて、170度のオーブンで10分ほど焼く。
※焼きたてはホロホロで崩れやすいため注意



ほけんだより

【夏の水分補給】

乳幼児の体は、7・8割近く水分です。その分、失われる水分量も多く、こまめな水分補給が必要に

<Q & A>

Q、いつ飲ませればいいですか？

A、食事の時だけでなく、起床時・就寝前・運動の前後・入浴前後など、汗をかく前と後に飲ませるのがよいでしょう。

Q、どのくらいの量がいいですか？

A、一度に大量に与えるのは避け、コップ1杯程度の量をこまめに与えましょう。

Q、何を飲ませればいいですか？

A、病気にかかっていなければ、白湯や麦茶などがよいでしょう。

※保育園では、各活動の前後に水分補給を、こまめに行っています。

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。

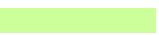
未満児0～2歳、以上児3～5歳を表しています。E:エネルギー P:蛋白質 F:脂質

(令和7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	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	ジャージャーうどん さつま芋の甘煮 中華風卵スープ すいか	うどん、豚肉、にんにく 生姜、人参、玉葱、もやし ねぎ、胡瓜、味噌、片栗粉 さつま芋、豆腐、卵、ごま油	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3～5歳)	E 459/484 P 16. 4/17. 0 F 13. 8/13. 2 食塩 1. 4/1. 5	17 日				
2 土	和風スパゲティ すまし汁	スパゲティ、玉葱、ほうれん草 しめじ、ベーコン、めんつゆ チンゲン菜、豆腐	牛乳 ビスケット せんべい	E 365/373 P 11. 1/10. 7 F 11. 1/9. 5 食塩 1. 2/1. 5	18 月	ごはん 照りマヨボーク おくらと竹輪のおかか和え みそ汁 オレンジ	豚肉、玉葱、ピーマン パプリカ、マヨネーズ、竹輪 オクラ、胡瓜、鯉節 じゃがいも、しめじ	牛乳 餃子の皮のさつまいもパイ	E 520/563 P 20. 5/22. 0 F 16. 4/16. 9 食塩 1. 2/1. 4
3 日					19 火	雑穀米ごはん 魚のカレー焼き ひじきサラダ みそ汁	のりたま、カラスカイ、生姜 カレー粉、ひじき、キャベツ 人参、胡瓜、ごま 南瓜、玉葱	牛乳 パインケーキ	E 464/493 P 19. 0/20. 0 F 12. 1/11. 1 食塩 1. 0/1. 3
4 月	ごはん 豆腐ハンバーグ チーズ入りコーンサラダ みそ汁	豚肉、豆腐、玉葱、しめじ 舞茸、ケチャップ、卵、パン粉 チーズ、コーン、胡瓜、キャベツ さつま芋、ほうれん草	牛乳 やさしい蒸しパン	E 519/561 P 19. 5/20. 4 F 17. 8/18. 5 食塩 1. 3/1. 4	20 水	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 パナナ	鶏肉、豆腐、ねぎ、パン粉 卵、味噌、小松菜、人参 生姜、しらす、ごま油 えのき、わかめ	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 513/552 P 20. 8/22. 4 F 15. 6/15. 6 食塩 1. 3/1. 4
5 火	雑穀米ごはん 鮭のムニエル 切干大根のサラダ みそ汁	のりおかか、鮭、小麦粉 レモン、バター、切干大根 人参、胡瓜、ツナ、ごま マヨネーズ、なす、油揚げ	牛乳(2～5歳) ぶどうゼリー 麦茶(0～1歳) ヨーグルト、せんべい	E 459/501 P 20. 2/20. 9 F 13. 6/16. 5 食塩 1. 0/1. 1	21 木	ごはん 鶏肉の香り焼き チーズ入りトマトサラダ みそ汁	鶏肉、玉葱、パセリ、レモン チーズ、キャベツ、トマト 胡瓜、なす、油揚げ	牛乳 豆乳もち	E 501/535 P 20. 8/22. 5 F 20. 2/21. 5 食塩 1. 1/1. 3
6 水	ごはん 鶏のみそ焼き 小松菜とやしのナムル すまし汁	鶏肉、生姜、味噌 小松菜、人参、もやし ごま、ごま油、鶏がらスープ わかめ、ねぎ	牛乳 パースティックパン	E 494/531 P 19. 6/20. 7 F 17. 1/17. 8 食塩 1. 1/1. 2	22 金	ロールサンド (ツナコーン、ジャム) ポトフ オレンジ	ロールパン、ツナ、コーン缶 マヨネーズ、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(2～5歳) ブルーチェ(いちご) 麦茶(0～1歳) ヨーグルト、せんべい	E 434/496 P 15. 9/17. 3 F 14. 7/20. 1 食塩 1. 5/1. 9
7 木	ごはん 豚肉と豆腐の塩炒め キャベツのごま和え オレンジ	豚肉、豆腐、レモン、ねぎ、万ねぎ 玉葱、鶏がらスープ、玉葱、ごま油 片栗粉、キャベツ、人参、油揚げ じゃがいも、わかめ	牛乳 お麩の黒糖スナック	E 488/525 P 19. 9/21. 1 F 16. 2/16. 7 食塩 1. 1/1. 3	23 土	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 クラッカー せんべい	E 452/488 P 20. 1/22. 1 F 13. 8/1. 5 食塩 1. 3/1. 3
8 金	冷麦 南瓜のそぼろあん	冷麦、トマト、胡瓜 みかん缶、めんつゆ 南瓜、鶏肉、片栗粉	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 452/476 P 15. 9/16. 4 F 9. 2/7. 6 食塩 1. 2/1. 3	24 日				
9 土	親子丼 すまし汁	卵、鶏肉、玉葱、長ねぎ しめじ、舞茸、豆腐 万ねぎ	牛乳 クラッカー せんべい	E 416/433 P 17. 5/18. 1 F 11. 9/11. 2 食塩 1. 3/1. 4	25 月	ごはん 肉じゃが トマトと胡瓜のナムル みそ汁	豚肉、じゃが芋、人参、玉葱 しらたき、トマト、胡瓜、ごま ごま油、鶏がらスープ 小松菜、えのき	牛乳 梨ケーキ	E 422/440 P 14. 0/13. 8 F 10. 5/9. 4 食塩 1. 1/1. 2
10 日					26 火	発芽玄米ごはん 魚の塩こうじ焼き 三色ごま和え みそ汁 パナナ	おかか、鮭、塩こうじ ほうれん草、人参、もやし ごま、さつま芋、玉葱	牛乳 小倉トースト	E 525/570 P 21. 7/23. 4 F 11. 1/10. 0 食塩 1. 3/1. 5
11 月	山の日				27 水	スタミナ丼 ポパイサラダ みそ汁 ヤクルト	豚肉、人参、玉葱、しめじ ニラ、にんにく、生姜 片栗粉、ごま油、ほうれん草 えのき、ねぎ、豆腐	牛乳 ソーセージドック	E 481/565 P 21. 2/22. 9 F 14. 0/19. 9 食塩 1. 5/1. 7
12 火	チャーハン キャベツの甘酢和え オニオンスープ	焼豚、万ねぎ、卵、ナルト キャベツ、人参、ツナ 玉葱、わかめ、コンソメ	麦茶 ヨーグルト せんべい	E 432/439 P 14. 9/14. 3 F 9. 6/8. 1 食塩 1. 1/1. 4	28 木	コーンバターライス 鶏肉のマーレド焼き マゼドアンサラダ みそ汁	コーン缶、バター、マーレドジャム 鶏肉、じゃが芋、人参、胡瓜 チーズ、ハム、マヨネーズ 玉葱、しめじ	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3～5歳)	E 474/504 P 22. 2/23. 9 F 15. 8/16. 2 食塩 1. 3/1. 6
13 水	カレーライス コーンサラダ すまし汁	じゃが芋、人参、玉葱、豚肉 カレーパウダー、キャベツ、胡瓜 コーン缶、ねぎ、わかめ	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3～5歳)	E 466/494 P 14. 8/14. 6 F 15. 4/15. 5 食塩 1. 4/1. 5	29 金	なすのミートソースパゲティ 南瓜サラダ たまごスープ オレンジ	なす、豚肉、玉葱、人参 ピーマン、ケチャップ、ソース 南瓜、胡瓜、ベーコン 卵、ねぎ、コンソメ	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3～5歳)	E 435/438 P 17. 4/15. 2 F 14. 7/10. 8 食塩 1. 4/1. 5
14 木	冷やしきつね 南瓜の甘煮	うどん、トマト、胡瓜、卵 油揚げ、めんつゆ 南瓜	麦茶 ゆかりおにぎり	E 407/421 P 13. 1/12. 4 F 8. 8/7. 0 食塩 1. 2/1. 4	30 土	焼肉丼 すまし汁	豚肉、キャベツ、玉葱、生姜 人参、チンゲン菜、豆腐	牛乳 ビスケット せんべい	E 439/517 P 15. 4/19. 0 F 13. 9/16. 1 食塩 1. 0/1. 3
15 金	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、生姜、ごま油 さつま芋、玉葱	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 442/466 P 15. 0/15. 1 F 12. 3/11. 6 食塩 1. 0/1. 2	31 日				
16 土	冷やしうどん さつま芋と豚肉の煮物	うどん、トマト、胡瓜 めんつゆ、さつま芋、豚肉	牛乳 ビスケット せんべい	E 352/367 P 10. 2/9. 6 F 9. 2/7. 6 食塩 0. 9/1. 0	※		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。

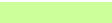
【熱中症予防※水分はどんなものがよい?】

乳幼児の体の水分の割合は体重の70～80%といわれています。上がった体温を汗をかくことで下げているため、こまめな水分補給が必要になります。

子供たちに適している飲み物は水や麦茶です。ジュースは糖分が多く満腹感があるため食事が食べられなくなる原因にもつながります。上手な水分補給で熱中症を予防しましょう。

8月 離乳食予定献立表

(令和7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

曜	初期給食	中期・後期給食	材料	完了期給食	曜	初期給食	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 さつま芋煮 野菜スープ	煮込みうどん さつま芋の甘煮 ヨーグルト センべい	うどん、鶏肉、人参、玉葱 もやし、煮干、鰹節、醤油 さつま芋、砂糖	ジャージャーうどん さつま芋の甘煮 中華風卵スープ すいか 牛乳 クラッカー、せんべい	17 日				
2 土				和風スパゲティ すまし汁 牛乳 ビスケット、せんべい	18 月	お粥 豆腐煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と野菜の煮物 みそ汁(じゃがいも、しめじ) オレンジ ヨーグルト ふかし芋	鶏肉、ピーマン、玉葱、醤油 砂糖、煮干、鰹節、味噌 じゃが芋、しめじ、オレンジ さつま芋	ごはん 照りマヨポーク おくらと竹輪のおかかあえ みそ汁 オレンジ 牛乳 餃子の皮のさつま芋パイ
3 日					19 火	お粥 キャベツ煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 魚とひじきの煮物 みそ汁(南瓜、玉葱) ヨーグルト フレーン蒸しパン	カラスカレイ、ひじき、人参 キャベツ、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 南瓜、玉葱 米粉、砂糖	ごはん 雑穀米ごはん 魚のカレー焼き ひじきサラダ みそ汁 牛乳 バインケーキ
4 月	お粥 豆腐煮 キャベツ煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と野菜の煮物 みそ汁(さつま芋、ほうれん草) ヨーグルト フレーン蒸しパン	鶏肉、キャベツ、玉葱 しめじ、舞茸、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 さつまいも、ほうれん草 米粉、砂糖	ごはん 豆腐ハンバーグ チーズ入りコーンサラダ みそ汁 牛乳 やさい蒸しパン	20 水	お粥 豆腐煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 豆腐のそぼろ煮 すまし汁(えのき、わかめ) バナナ ヨーグルト ビスケット	鶏肉、豆腐、小松菜、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節 えのき、わかめ バナナ	ごはん 豆腐入り鶏みそつみれ 小松菜のじゃこ和え すまし汁 バナナ 牛乳 ビスケット、せんべい
5 火	お粥 人参煮 さつま芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 魚と野菜の煮物 みそ汁(なす) ヨーグルト センべい	鮭、人参、胡瓜、切干大根 砂糖、醤油 煮干、鰹節、味噌、なす	雑穀米ごはん 鮭のムニエル 切干大根のサラダ みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい	21 木	お粥 キャベツ煮 玉葱煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と野菜のコンソメ煮 みそ汁(なす) ヨーグルト ビスケット	鶏肉、玉葱、キャベツ トマト、コンソメ 煮干、鰹節、味噌 なす	ごはん 鶏の香り焼き チーズ入りトマトサラダ みそ汁 牛乳 豆乳もち
6 水	お粥 人参煮 小松菜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と野菜の煮物 すまし汁(わかめ、ねぎ) ヨーグルト 食パン	鶏肉、小松菜、人参 もやし、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 わかめ、ねぎ 食パン	ごはん 鶏のみそ焼き 小松菜ともやしのナムル すまし汁 牛乳 パタースティックパン	22 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 オレンジ ヨーグルト センべい	食パン、粉ミルク じゃが芋、人参、玉葱 キャベツ、コンソメ オレンジ	ロールサンド (ツナコーン、ジャム) ポトフ オレンジ 麦茶 ヨーグルト、せんべい
7 木	お粥 キャベツ煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と野菜の煮物 みそ汁(じゃが芋、わかめ) オレンジ ヨーグルト ビスケット	鶏肉、玉葱、パプリカ キャベツ、人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 じゃがいも、わかめ オレンジ	ごはん 豚肉と豆腐の塩炒め キャベツのごま和え みそ汁 オレンジ 牛乳 おふの黒糖スナック	23 土				
8 金	お粥 南瓜煮 人参煮 野菜スープ	にゅうめん 南瓜の甘煮 ヨーグルト ビスケット	冷麦、トマト、胡瓜、鶏肉 醤油、煮干、鰹節 南瓜、醤油、砂糖	冷麦 南瓜のそぼろあん 牛乳 ビスケット、せんべい	24 日				
9 土					25 月	お粥 豆腐煮 ほうれん草煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と豆腐の煮物 みそ汁(小松菜、えのき) ヨーグルト 梨蒸しパン	鶏肉、じゃが芋、人参 玉葱、トマト、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 小松菜、えのき 米粉、砂糖、梨	ごはん 肉じゃが トマトと胡瓜のナムル みそ汁 牛乳 梨ケーキ
10 日					26 火	お粥 さつま芋煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 魚と野菜の煮物 みそ汁(さつま芋、玉葱) バナナ ヨーグルト 食パン	鮭、ほうれん草、もやし 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 さつま芋、玉葱 食パン	発芽玄米ごはん 鮭の塩こうじ焼き 三色ごま和え みそ汁 バナナ 牛乳 小倉トースト
11 月	山の日				27 水	お粥 玉葱煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と野菜の煮物 みそ汁(ねぎ、豆腐) ヨーグルト フレーン蒸しパン	鶏肉、玉葱、人参、えのき ほうれん草、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 ねぎ、豆腐 米粉、砂糖	スタミナ丼 ポパイサラダ みそ汁 牛乳 ソーセージドック
12 火	お粥 キャベツ煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と野菜の煮物 オニオンスープ ヨーグルト センべい	鶏肉、キャベツ、人参 醤油、砂糖 玉葱、わかめ、コンソメ	チャーハン キャベツの甘酢和え オニオンスープ 麦茶 ヨーグルト、せんべい	28 木	お粥 じゃが芋煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と野菜のトマト煮 みそ汁(玉葱、しめじ) ヨーグルト ビスケット	鶏肉、じゃが芋、人参 胡瓜、コンソメ 煮干、鰹節、醤油 玉葱、しめじ	コーンバターライス 鶏のマーマレード焼き マセドアンサラダ みそ汁 牛乳 クラッカー、せんべい
13 水	お粥 じゃが芋煮 玉葱煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と野菜のコンソメ煮 すまし汁(わかめ) ヨーグルト センべい	鶏肉、キャベツ、じゃが芋 玉葱、人参、コンソメ 煮干、鰹節、醤油 わかめ	カレーライス コーンサラダ すまし汁 牛乳 クラッカー、せんべい	29 金	お粥 南瓜煮 玉葱煮 野菜スープ	煮込みうどん 南瓜の煮物 オレンジ ヨーグルト センべい	うどん、鶏肉、玉葱、人参 なす、煮干、鰹節、醤油 南瓜、醤油、砂糖 オレンジ	茄子のミートソースパゲティ 南瓜サラダ たまごスープ オレンジ 牛乳 クラッカー、せんべい
14 木	お粥 南瓜煮 人参煮 野菜スープ	煮込みうどん 南瓜の甘煮 麦茶 鮭粥	うどん、ほうれん草、人参 鶏肉、煮干、鰹節、醤油 南瓜、醤油、砂糖 鮭	冷やしきつね 南瓜の甘煮 麦茶 ゆかりおにぎり	30 土				
15 金	お粥 ほうれん草煮 さつま芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と野菜の煮物 みそ汁(さつま芋、玉葱) オレンジ ヨーグルト ビスケット	鶏肉、ほうれん草、トマト 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 さつま芋、玉葱	ツナごはん 豚肉とほうれん草の 和風サラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい	31 日				
16 土					※  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。