



じょうぶな子、げんきな子

記録的な猛暑の夏が続いています。戸外遊びやプール遊びもなかなかできない毎日ですが、保育園には子ども達の元気な声が響いています。子ども達はこの夏の間色々と経験をし、どのクラスの子も心も体もひとまわり大きくなった様に感じます。暦の上では秋ですが、まだまだ厳しい暑さが続きそうです。夏の疲れも出てくる時期なので、引き続き一人ひとりの体調に気を付けながら活動をしていきたいと思います。ご家庭でも、『早寝・早起き・朝ごはん』を心掛けて、生活リズムを整えていきましょう。



9月の行事予定

1日(月) 英語教室
3日(水) 体育指導
6日(土) 布団乾燥
8日(月) リトミック
9日(火) 絵画教室(2・3才)
10日(水) 体育指導
11日(木) 絵画教室(4・5才)
15日(月) 敬老の日
17日(水) 体育指導

18日(木) 身体測定
19日(金) 絵本納入袋配布
20日(土) 布団乾燥
22日(月) 避難訓練(地震)
23日(火) 秋分の日
24日(水) 体育指導
30日(火) 誕生会
園だより・献立表配信



今月の保育目標



- たんぽぽ** ー 身体を動かして遊ぶ楽しさを味わう。
ー お友だちに興味を持ち、自ら関わろうとする。
- もも** ー 夏の疲れを取り、生活リズムを整えながら健康に過ごす。
ー 涼しい日は戸外に出て保育士や友達と体を動かす遊びを楽しむ。
- ちゅうりっぷ** ー 季節の移り変わりを感じ、散歩や戸外遊びを通して秋の自然に触れる。
ー 運動遊びを通して、様々な身体を使い方を楽しむ。
- さくら** ー 生活リズムを整えながら、安定した生活を送る。
ー 季節の移り変わりに気づき、自然に興味や関心を持つ。
ー 友達と一緒に身体を動かしたり、力を合わせて取り組む楽しさを味わう。
- ひまわり** ー 友達と目標に向かって力を合わせ、取り組む楽しさを味わう。
ー 季節の移り変わりに気づき、自然に興味や関心を持つ。
- ゆり** ー 運動会にむけて友達と一緒に目標をもって活動し、達成感や充実感を味わう。
ー 体を十分に動かし、運動遊びや表現遊びを主体的に楽しむ。
ー 季節の移り変わりに気がつき、興味や関心を持ち、身近な自然に親しむ。

第50回 運動会について

☆ 3・4・5才児クラス…10月18日(土)
午前中で終了 雨天順延
3クラス合同で行います

・保護者の観覧につきましては、人数制限は致しません。小学生以上のお子様は必ず保護者の元でご観覧ください。
・駐車場のご用意は出来ませんので、ご了承ください。

【0・1・2オクラス在園の兄弟児の預かりについて】
・職員配置の関係上できるだけご家族の方と一緒に過ごせるようご協力をお願い致します。一緒に観覧していただいても大丈夫です。
何かありましたら、事務局までご相談ください。

☆0・1・2才児クラス…10月28日(火)『ミニ運動会』として平日の保育の中で行います。(保護者の参加はありません)

★詳細は後日、メールやお手紙でお知らせいたします。

クラス通信

9月



たんぽぽ組(0才児)

毎日暑い日が続き9月に入ってもまだまだ暑そうですね。涼しい秋が待ち遠しいです。8月の水遊びは慣れなくて泣いていたことも忘れる位楽しんでた姿が見られたので良かったです。夏ならではの体験ができました。お部屋ではつかまり立ち、伝い歩き、1人立ちを活発にしたり歩行完成の子も増えました。朝の会では名前を呼ぶと「はい」と手をあげる動作を見せてくれる子もいて成長を感じるこの頃です。9月は新入園児が2名入るのでますますにぎやかになりそうです。また10月の運動会に向け少しずつ楽しく練習をしていこうと思います。秋も感じたいので散歩も行きたいです。今後も体調面に気を付けながら過ごしていこうと思います。



さくら組(3才児)

まだまだ厳しい暑さが続きますが、元気いっぱいの子ども達。休み明けにはそれぞれに色々なお土産話を聞かせてくれ、とても嬉しかったです。言葉のやりとりも上手になり成長が感じられます。先月はテラスでの水遊びやプール遊びなど、身体全身で思い切り楽しんだり、部屋の中では花火製作をするなど夏を感じながらゆったりと過ごすことが出来ました。一つ一つ楽しむ子ども達はキラキラの笑顔を見せてくれるので、引き続き元気に楽しく過ごせるよう盛り上げていきたいです。少しずつ運動会の練習も始めていますので、水分補給と休息をしっかりとりながら無理なく進めていきたいと思っています。



もも組(1才児)

新年度も半分が過ぎ、あっという間にもう9月となりました。まだまだ厳しい暑が続く、日中も変わらないような暑い日がありますので体調管理に気を付けて9月も過ごしていきたいと思います。8月のお盆の休み明けには、保護者と離れられず涙を流しながら登園してくる子ども達が多かったですが、日中は登園してきた様子とは思えない程の笑顔が沢山見られました。入園当初より少しずつ玩具に集中して遊べるようになってきた子ども達！1人遊びをしている子も多かったですが、今では保育者や友達同士で関わり合いながら楽しい日々を過ごしています！夏ならではの楽しい水遊びも終わり、次はミニ運動会です！徐々に練習する日が増えてくると思いますが、暑さに負けずに無理なく楽しみながら取り組んでいきたいと思っています。



ひまわり組(4才児)

暑い8月、元気いっばいに過ごしています。先日梨もぎがありました。梨園の中をぐり、蟬が沢山飛んでいたのにびっくり！した場面もありました。一人一人両手で梨をもぎ、大事にリュックにいれて持って帰ってきました。素敵な思い出の一つになりました。8月はプール、テラスの水遊びを沢山取り入れ、楽しむことが出来ました。水の気持ちいい感触に沢山触れることができ夏の行事を満喫することが出来たと思います。これから運動会に向け、組体操の練習もより組さんと合同で練習したり、カッコいい姿をみて、頑張るぞという気持ちをたくさん引き出していけるように取り組んでいきたいと思っています。



ちゅうりっぷ組(2才児)

夏の暑さが続き、秋の心地よい風が待ち遠しくなってきました。異例ともいえる猛暑の中、外遊びが制限されていた夏。プール遊びを楽しみ、噴水マットから出てくる水に手を伸ばしたり、バシャバシャ友達と水をかけ合ったり、会話を楽しんでいました。室内では「ぞうさんのくものす」のリズム遊びや、椅子取りゲームなどルールの大切さや友達と楽しさを共有するなど盛り上がっているちゅうりっぷさん。これから運動会の練習が始まります。無理なく、楽しく練習に参加できるように進めていきたいと思っています。



ゆり組(5才児)

毎日暑い日が続いていますが元気いっばいのゆり組さんです。お休み明けのみんなの顔はなんとなく少しお姉さん、お兄さんになったように感じました。お休み中のお話をみんな楽しそうに教えてくれました。8月はプール遊びやテラスの水遊びを楽しみました。梨狩りでは、上に持ち上げてとることを教えてもらいましたが、去年よりもとても上手にとっていました。蟬の抜け殻が葉っぱについて、ちょっぴりどきどきしたり、喜んだりと楽しむことができました。9月は運動会の練習が始まります。無理なく、体調管理をしっかり行いながら頑張りたいと思っています。

今月の給食レシピ

チーズ入りコーンサラダ

材料

キャベツ・・・1/4玉
胡瓜・・・1/2本
コーン缶・・・30g
プロセスチーズ・・・30g
フレンチドレッシングなど
お好みのドレッシング・・・適量

作り方

- ①キャベツはざく切りにして軽くゆで水気を絞る
- 胡瓜は輪切りにして塩もみをして水気を絞る
- チーズは1cm程の角切りにする。
- ②すべての材料とドレッシングを和えて完成。

ほけんだより

目のお話

8月にゆり組・ひまわり組にて視力検査を行いました。
保育園での視力検査は、簡易検査のため、0.7以上で異常なしとなります。
子どもの視力は6歳ころ、ほぼ完成すると言われています。その後の視力が低下するのは、
幼いころの姿勢や体の動かし方が関係しているそうです。

<こんな見方は注意が必要>

- ・テレビや絵本に近づいて見る
- ・明るい戸外でまぶしがる
- ・目を細めて見る
- ・上目遣いにもものを見る
- ・目つきが悪い、目が寄っている
- ・見る時に首を曲げたり、首を傾けたりする

このような症状がみられたら、眼科に相談してください。

9月給食予定献立表

【栄養価の表示について】

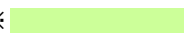
未満児は午前、午後のおやつを含む数値、以上児は午後のおやつを含む数値が記載されています。
未満児0～2歳、以上児3～5歳を表しています。 E:エネルギー P:蛋白質 F:脂質

(令和7年8月29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	雑穀米ごはん 鶏肉のチーズパン粉焼き りんごサラダ みそ汁	おかか、鶏肉、マヨネーズ 粉チーズ、パン粉、パセリ りんご、キャベツ、人参、胡瓜 じゃが芋、しめじ	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 478/510 P 20.0/21.4 F 16.5/16.8 食塩 1.0/1.0	17	雑穀米ごはん 魚のごまみそ焼き もやしサラダ すまし汁 パナナ	のりたま、カラスカレイ、味噌 ごま、もやし、人参、胡瓜 ごま油 小松菜、豆腐	牛乳 ホットク	E 479/512 P 19.5/20.8 F 11.0/9.9 食塩 1.3/1.6
2	ピラフ 魚のバーベキュー焼き トマトサラダ わかめスープ	ハム、人参、ピーマン、玉葱 にんにく、バター、カラスカレイ りんご、片栗粉、トマト、胡瓜 キャベツ、わかめ、卵、コンソメ	牛乳(2～5歳) かぼちゃパナロア 麦茶(0～1歳) ヨーグルト、せんべい	E 401/506 P 17.9/21.0 F 8.9/14.3 食塩 1.2/1.6	18	ごはん 鶏肉のレモン醤油かけ ひじきのナムル みそ汁	鶏肉、生姜、レモン、片栗粉 ひじき、人参、ほうれん草 ツナ、ごま、ごま油 じゃがいも、わかめ	牛乳 ぱりぱりカルシウム	E 444/469 P 22.9/25.1 F 12.4/11.9 食塩 1.3/1.4
3	焼きとり丼 三色ごま和え みそ汁 パナナ	鶏肉、玉葱、ねぎ、椎茸、海苔 ほうれん草、人参、もやし ごま なす、油揚げ	牛乳 マーブル蒸しパン	E 462/481 P 17.0/17.4 F 12.8/12.3 食塩 1.1/1.4	19	焼きそば ブロッコリーのごま酢和え 中華風卵スープ オレンジ	中華麺、豚肉、キャベツ、もやし 人参、ピーマン、ソース、ブロッコリー 人参、竹輪、ごま、豆腐、卵 鶏がらスープの素、ごま油	牛乳 いちご蒸しパン	E 463/492 P 12.2/20.2 F 16.7/16.9 食塩 1.3/1.4
4	ゆかりごはん 酢豚 ポパイサラダ みそ汁	豚肉、人参、玉葱、ピーマン ケチャップ、片栗粉、ほうれん草 えのき、ねぎ、豆腐	牛乳 バナナマフィン	E 459/481 P 15.5/15.6 F 15.8/16.0 食塩 1.0/1.1	20	そうめん ポテトとベーコンの バター炒め	そうめん、めんつゆ、胡瓜 みかん缶 じゃが芋、ベーコン、バター	牛乳 ビスケット せんべい	E 384/390 P 12.2/11.6 F 10.9/10.0 食塩 1.2/1.3
5	冷やしきつね 南瓜のそぼろあん オレンジ	うどん、めんつゆ 胡瓜、油揚げ、卵、トマト 南瓜、鶏肉、片栗粉	牛乳 梨ジャムサンド	E 448/470 P 17.5/18.1 F 12.8/12.1 食塩 1.0/1.2	21				
6	カレーライス すまし汁	豚肉、人参、玉葱、じゃが芋 カレールウ チンゲン菜、豆腐	牛乳 ビスケット せんべい	E 456/485 P 12.2/12.3 F 14.9/14.0 食塩 1.3/1.5	22	発芽玄米ごはん タンドリーチキン フルーツフレンチサラダ みそ汁	おかか、鶏肉、にんにく、カレー粉 ソース、ケチャップ、ヨーグルト、キャベツ 胡瓜、人参、レズン、みかん缶 りんご、小松菜、えのき	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 472/500 P 17.3/18.0 F 14.6/14.6 食塩 1.0/1.1
7	 				23	秋 分 の 日			
8	発芽玄米ごはん 筑前煮 わかめの酢の物 みそ汁 パナナ	のりおかか、鶏肉、人参、大根 筍、蓮根、蒟蒻 胡瓜、カニカマ、わかめ さつま芋、ほうれん草	牛乳 ごま蒸しパン	E 526/572 P 18.7/20.0 F 12.0/10.9 食塩 1.3/1.5	24	ビビンバ じゃが芋と竹輪のカレー煮 春雨スープ ヤクルト	豚肉、にんにく、生姜、ねぎ ほうれん草、人参、もやし ごま油、じゃが芋、いんげん 竹輪、カレー粉、春雨、卵	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 470/538 P 18.3/19.6 F 14.1/13.8 食塩 1.2/1.4
9	鮭寿司 ポテトサラダ みそ汁 オレンジ	紅鮭、胡瓜、ごま、卵、海苔 じゃが芋、人参、胡瓜、ハム 卵、マヨネーズ 豆腐、ねぎ	牛乳 ぶどうパン	E 499/534 P 18.2/19.3 F 15.2/15.0 食塩 1.2/1.4	25	ゆかりごはん 豚肉のケチャップ焼き れんこんサラダ みそ汁 パナナ	豚肉、玉葱、しめじ、人参 ケチャップ、蓮根、キャベツ、人参 ハム、マヨネーズ、ごま 小松菜、油揚げ	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 478/525 P 17.4/17.2 F 14.6/17.9 食塩 1.2/1.3
10	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 わかめ、豆腐	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 433/454 P 15.2/15.2 F 12.3/11.5 食塩 1.0/1.2	26	ロールサンド (たまご、ジャム) 具だくさんポトフ オレンジ	ロールパン、苺ジャム、卵 マヨネーズ、じゃが芋、人参 ブロッコリー、玉葱、キャベツ、コンソメ ウインナー	牛乳 人参豆腐ドーナツ	E 458/534 P 18.2/16.7 F 19.5/20.7 食塩 1.2/1.4
11	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、万ねぎ、なると、卵 キャベツ、胡瓜、トマト、チーズ 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 426/442 P 15.0/15.0 F 13.1/12.7 食塩 1.4/1.5	27	親子丼 すまし汁	鶏肉、玉葱、ねぎ、舞茸 しめじ、卵、万ねぎ、豆腐	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
12	ミートソースパグティ フルーツサラダ キャベツスープ	スハゲタ、豚肉、玉葱、ピーマン、人参 にんにく、ケチャップ、ソース、豆乳ヨーグルト 黄桃缶、パイン缶、みかん缶、りんご、バナナ キャベツ、玉葱、コンソメ、ベーコン、コンソメ	麦茶 小松菜とツナの 味噌おにぎり	E 462/491 P 16.2/16.6 F 11.4/10.5 食塩 1.1/1.4	28				
13	冷やしうどん じゃが芋のそぼろ煮	うどん、めんつゆ トマト、胡瓜 じゃが芋、鶏肉、片栗粉	牛乳 クラッカー せんべい	E 352/352 P 13.5/13.2 F 10.2/8.9 食塩 1.2/1.4	29	ひじきごはん ワンタンスープ オレンジ	ひじき、人参、油揚げ、豚肉 ねぎ、人参、キャベツ、椎茸 万葱、もやし、ワンタンの皮、春雨 鶏がらスープの素、ごま油	牛乳 さつま芋マフィン	E 495/531 P 17.0/17.7 F 15.4/15.8 食塩 1.0/1.1
14					30	雑穀米ごはん 鮭の味噌マヨネーズ焼き そぼろ納豆 すまし汁	のりたま、鮭、味噌、マヨネーズ 納豆、切干大根、人参 小松菜 わかめ、ねぎ	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 449/495 P 21.0/23.3 F 13.6/13.2 食塩 1.2/1.2
15	敬老の日								
16	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 コーン缶 わかめ、ねぎ	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 455/482 P 14.5/14.2 F 14.9/14.8 食塩 1.4/1.5	※  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。

【お米は栄養たっぷり】

ごはんは味が淡白でおかずにも合い、よく噛むことで唾液に含まれるホルモンが脳を活性化します。また、食後の血糖値も上がりにくくゆっくり吸収されるため腹持ちが良く、脂質が少ないのでパンなどに比べて太りにくい食材です。

9月 離乳食予定献立表

(令和7年8月29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月	お粥 人参煮 ほうれん草煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(ねぎ、豆腐) オレンジ	鶏肉、玉葱、人参、えのき ピーマン、ほうれん草 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、ねぎ	雑穀米ごはん 鶏のチーズパン粉焼き りんごサラダ みそ汁	17水	お粥 人参煮 豆腐煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 魚と野菜のコンソメ煮 すまし汁(小松菜、豆腐) バナナ	魚、人参、もやし、胡瓜 コンソメ 煮干、鰹節、醤油 小松菜、豆腐、バナナ 小麦粉	雑穀米ごはん 魚のごまみそ焼き もやしサラダ すまし汁 バナナ 牛乳 ホットク
		ヨーグルト ビスケット	豆腐、オレンジ	牛乳 ビスケット、せんべい			ヨーグルト フレーン蒸しパン	小麦粉	
2火	お粥 玉葱煮 キャベツ煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 魚と野菜の煮物 わかめスープ	カラスカレイ、トマト キャベツ、人参、玉葱 ピーマン、醤油、砂糖 わかめ、コンソメ	ピラフ 魚のバーベキュー焼き トマトサラダ わかめスープ	18木	お粥 ほうれん草煮 さつま芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏とひじきの煮物 みそ汁(じゃが芋、わかめ)	鶏肉、ひじき、ほうれん草 人参、醤油、砂糖 じゃが芋、わかめ	ごはん 鶏肉のレモン醤油がけ ひじきのナムル みそ汁
		ヨーグルト せんべい		麦茶 ヨーグルト、せんべい			ヨーグルト せんべい		牛乳 ばりばりカルシウム
3水	お粥 ほうれん草煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(なす) バナナ	鶏肉、ほうれん草、ねぎ 人参、もやし、玉葱 椎茸、醤油、砂糖、煮干 鰹節、味噌、なす、バナナ	焼きとり丼 三色ごま和え みそ汁 バナナ	19金	お粥 ブロッコリー煮 人参煮 野菜スープ	煮込みうどん 鶏とブロッコリーのコンソメ煮	うどん、キャベツ、人参 もやし、ピーマン、煮干 鰹節、醤油 ブロッコリー、鶏肉、コンソメ 小麦粉	焼きそば ブロッコリーのごま酢和え 中華風コンソンスープ
		ヨーグルト フレーン蒸しパン	小麦粉	牛乳 マーブル蒸しパン			ヨーグルト フレーン蒸しパン	小麦粉	牛乳 いちご蒸しパン
4木	お粥 豆腐煮 玉葱煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜のコンソメ煮 みそ汁(ねぎ、豆腐)	鶏肉、玉葱、ほうれん草 人参、えのき、コンソメ 煮干、鰹節、味噌 ねぎ、豆腐	ゆかりごはん 酢豚 ポパイサラダ みそ汁	20土				そうめん ポテトとベーコンの バター炒め
		ヨーグルト バナナハンケーキ	バナナ、小麦粉	牛乳 バナナマフィン					牛乳 ビスケット、せんべい
5金	お粥 南瓜煮 人参煮 野菜スープ	煮込みうどん 南瓜の甘煮 オレンジ	うどん、トマト、胡瓜 鶏肉、醤油、煮干、鰹節 南瓜、砂糖、オレンジ	冷やしきつね 南瓜のそぼろあん オレンジ	21日				
		ヨーグルト 食パン	食パン	牛乳 梨ジャムサンド					
6土				カレーライス すまし汁	22月	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 みそ汁(小松菜、えのき) りんご	鶏肉、キャベツ、胡瓜 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 小松菜、えのき りんご	ごはん タンドリーチキン フルーツフレンチサラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい
			牛乳 ビスケット、せんべい	ヨーグルト ビスケット					牛乳 ビスケット、せんべい
7日					23火	秋 分 の 日			
8月	お粥 人参煮 大根煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(さつま芋、ほうれん草) バナナ	鶏肉、筍、蓮根、人参 大根、醤油、砂糖、煮干 鰹節、味噌、さつま芋 ほうれん草、バナナ	発芽玄米ごはん 筑前煮 わかめの酢の物 みそ汁 バナナ	24水	お粥 じゃが芋煮 ほうれん草煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と野菜のコンソメ煮 春雨スープ	鶏肉、ほうれん草、人参 もやし、じゃが芋 コンソメ、煮干、鰹節 醤油、春雨	ビビンバ じゃがいもと竹輪の咖喱煮 春雨スープ
		ヨーグルト ごま蒸しパン	ごま、小麦粉	牛乳 ごま蒸しパン			ヨーグルト ビスケット		牛乳 ビスケット、せんべい
9火	お粥 人参煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 魚と野菜のコンソメ煮 みそ汁(豆腐、ねぎ) オレンジ	鮭、じゃが芋、人参 胡瓜、コンソメ 煮干、鰹節、味噌 豆腐、ねぎ	鮭寿司 ポテトサラダ みそ汁 オレンジ	25木	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(小松菜) バナナ	鶏肉、人参、玉葱 しめじ、キャベツ、蓮根 醤油、砂糖、煮干、鰹節 味噌、小松菜、バナナ	ゆかりごはん 豚肉のケチャップ焼き れんこんサラダ みそ汁 バナナ 麦茶 ヨーグルト、せんべい
		ヨーグルト 食パン	食パン	牛乳 ぶどうパン			ヨーグルト せんべい		
10水	お粥 さつま芋煮 ほうれん草煮 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)	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	26金	お粥 ブロッコリー煮 キャベツ煮 野菜スープ	パン粥(食パン) 具だくさんポトフ オレンジ	食パン、粉ミルク じゃが芋、人参、玉葱 キャベツ、ブロッコリー コンソメ、鶏肉、オレンジ 人参、小麦粉	ロールサンド (たまご、ジャム) 具だくさんポトフ オレンジ
		ヨーグルト ビスケット		牛乳 ビスケット、せんべい			ヨーグルト 人参ハンケーキ	牛乳 人参豆腐ドーナツ	
11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 オニオンスープ	鶏肉、トマト、キャベツ 胡瓜、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	27土				親子丼 すまし汁
		ヨーグルト ビスケット		牛乳 ビスケット、せんべい					牛乳 クラッカー、せんべい
12金	お粥 人参煮 玉葱煮 野菜スープ	煮込みうどん りんごバナナヨーグルト	うどん、鶏肉、人参 玉葱、ピーマン、キャベツ 煮干、鰹節、醤油 バナナ、りんご、ヨーグルト	ミートソーススパゲティ フルーツサラダ キャベツスープ	28日				
		麦茶 小松菜と鮭のお粥	鮭、小松菜	麦茶 小松菜とワケの味噌おにぎり					
13土				冷やしうどん じゃが芋のそぼろ煮	29月	お粥 キャベツ煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏とひじきの煮物 野菜のコンソメスープ オレンジ	鶏肉、ひじき、人参 醤油、砂糖 キャベツ、椎茸、ねぎ もやし、春雨、コンソメ オレンジ、さつま芋、小麦粉	ひじきごはん ワンタンスープ オレンジ
			牛乳 クラッカー、せんべい	ヨーグルト さつま芋ハンケーキ				牛乳 さつま芋マフィン	
14日					30火	お粥 小松菜煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 魚と野菜のコンソメ煮 すまし汁(わかめ)	鮭、小松菜、人参 切干大根、コンソメ わかめ、醤油、煮干 鰹節	雑穀米ごはん 鮭の味噌マヨネーズ焼き そぼろ納豆 すまし汁
				ヨーグルト ビスケット				牛乳 ビスケット、せんべい	
15月	敬老の日								
16火	お粥 人参煮 じゃが芋煮 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、ねぎ)	鶏ひき肉、じゃが芋 人参、玉葱、キャベツ コンソメ、煮干、鰹節 醤油、わかめ、ねぎ	カレーライス コーンサラダ すまし汁	※		は新メニューです。		
		ヨーグルト ビスケット		牛乳 ビスケット、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。