



梅雨明けも間近となり、晴れた日には子ども達は水遊び・プール遊びに、目を輝かせて楽しんでます。一方、手足口病・ヘルパンギーナなどの夏風邪も流行し、お休みするお子さんも多くいました。引き続き、家庭、保育園共に体調の変化に気を付けていきましょう。症状が出た場合には、小児科への受診をお願い致します。



7月の行事予定

1日(水)	体育指導	18日(土)	布団乾燥
2日(木)	絵画教室(4・5才) 尿検査提出日(4・5才)	20日(日)	海の日
4日(土)	布団乾燥	21日(火)	絵本配布
7日(火)	七夕会	22日(水)	体育指導
8日(水)	体育指導	24日(金)	リトミック
9日(木)	絵画教室(2・3才)	27日(月)	身体測定
10日(金)	避難訓練(地震)	28日(火)	誕生会
13日(月)	英語教室	31日(金)	夏祭り 園だより・献立表配信
15日(水)	体育指導		

今月の保育目標

- たんぽぽ — ・安心して水遊びを楽しめる環境を作っていく
・一人ひとりの体調を把握し、こまめな水分補給や着替えをし
室内の温度や風向きに気を付けながら心地良く過ごす
- も も — ・水遊びで水に親しみ、季節を楽しむ
・水分や休息を十分に取り、暑い時期を快適に過ごす
- ちゅうりっぷ — ・友達や保育士と一緒に水遊びを楽しむ
・身の回りの事に意欲を持ちできることをやろうとする
- さくら — ・健康に気を付けながら、元気に過ごす
・友達や保育士と一緒に、夏ならではの遊びを思い切り楽しむ
・相手の気持ちを考え、自分との違いを知る
- ひまわり — ・プール遊びなど夏ならではの遊びを喜び、思い切り遊ぶ
・自分の思いや考えを言葉やしぐさで友達に伝えながら、
一緒に遊ぶ楽しさを味わう
・夏の生活の仕方を知り、自ら水分補給を行おうとする
- ゆり — ・夏ならではの遊びを通して様々な友達と関わりを深める
・友達と一緒にお互いの考えを出し合いながら遊ぶ
楽しさを味わう

お知らせとお願い

- 汗をかきやすい時期なので、衣類を多めに用意しましょう。
- 水遊び・プール遊びが始まっています。爪が伸びていないかのチェックもして下さるようお願い致します。
- ホワイトボードやクラスの掲示物には毎日目を通してください。
- 3・4・5才児クラスは、水筒を持参していますが、水分補給の量が増えてくる時期なので、たっぷり目に入れてきてください。水筒が空になったときには、保育園で補充していきます。



お願い

お迎えの際、駐輪場や駐車場でお話を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)

園生活が始まって3ヶ月が経ちました。梅雨に入り蒸し暑い日が続き、体調を崩してお休みする子も多く居ましたが、元気になって登園してきた時の笑顔を見られると、私達も大変嬉しい気持ちになります。

少しずつ行動の幅も広がり、ハイハイやつかまり立ち、伝い歩きなどを見せてくれるようになりました。

自分で動ける事が嬉しくて気持ちが先走り、時には倒れてしまう場面もありますが、怪我のないように保育士一同で見守って行きたいと思えます。水遊びも始まって、喜ぶ子や泣いてしまう子など、様々な反応を見せてくれています。少しずつ慣れて、楽しんでくれると良いですね。

7月末には夏まつりもありますので、クラスみんなで楽しんで、たんぽぽ組の素敵な思い出を増やし



さくら組(3才児)

梅雨の合間の晴れた日には、思い切り水遊びや戸外遊びを楽しんでいる子どもたち。初めての大きなプールに心を躍らせ、「冷たいけど気持ち良い〜！」と笑顔と共に最高のリアクションを見せてくれました。暑い日が続きますが、水分補給や体調の変化にも気を付けていきたいと思えます。7月は水遊びはもちろん、七夕や夏祭りなど楽しい行事がたくさんあります！七夕製作ではみんなで織姫さまと彦星さまの洋服を折り紙で作りました。短冊と一緒に飾りたいと思えます。みんなのかわいいお願い事が叶いますように。夏ならではの製作や歌、絵本なども取り入れて、お部屋での過ごし方も充実させていきたいです。



もも組(1才児)

雨の合間に晴れた日には夏の日差しが降り注ぐようになりました。雨の日には、マットやトンネル、平均台などで遊んだり、マットのお山を身体をいっぱい動かして頑張っているのぼったり、坂を転がる面白さを味わっていました。自分だけの世界から、お友達の存在が気になり始め、お友達のことを見て同じことをしたがる様子も見られるようになってきました。顔を見合わせてニコニコと笑い合ったりと、

とっても微笑ましく、ほっこりします。晴れた日には、園庭でシャボン玉を追いかけたり、コンビカーも大人気です。水遊びでは、お水が大好きなもぐみさん。もっともっとお水をかけてアピールで楽しんでいます。6月前半は風邪が流行ってしまいましたが、今月は暑くなる季節なので、子ども達の体調に気を付けながら、七夕や夏祭りな



ひまわり組(4才児)

6月は保育参観にご参加いただき、ありがとうございました。子ども達もとても嬉しそうに、張り切って製作をしていました。一緒に作っていただき、みんなそれぞれ可愛いフォトフレームが出来ていました！！

また、プールも始まり、毎日「今日は入れるかな?」と楽しみにしている子ども達です。

7月は水遊びや七夕、夏祭りとたくさんあるので、子ども達と楽しんでいきたいと思えます。七夕の短冊は、飾りを自分達で作って、みんなで飾るのを心待ちにしているひまわりさんです！梅雨から夏にかけて、気候の変化を大きく感じる時期。子ども達の体調管理に気をつけながら、今月も元気に過ごしていきたいです。



ちゅうりっぷ組(2才児)

梅雨明けが待ち遠しい今日この頃ですが、子どもたちは蒸し暑さにも負けず、元気いっぱいです！

雨で戸外に出られない日も、室内でノリノリでダンスを踊ったり、運動遊びを楽しんだり、大好きなおままごとで「どうぞ〜」と言い合ったりしながら、毎日楽しく過ごしています。晴れた日は園庭に出て大好きな虫探しをしたり、シャボン玉を追いかけたりして元気に遊んでいます。もう少しで本格的な夏の到来ですね。子ども達の体調の変化に気を配りながらプール遊びや七夕まつりや夏祭りなど、夏ならではの行事をクラスみんなで思



ゆり組(5才児)

先日は保育参観に参加していただき、ありがとうございました。子ども達はとても楽しみにしていましたので、いつも以上に張り切っている様子が見られました。じゃんけん列車もお家の方と一緒に楽しんで行うことができ楽しい時間を過ごすことができました。

ご協力ありがとうございました!!

今年は早めのプール開きとなり、晴れ間を見つけプールに入ることが出来ました。昨年より、体が大きくなったのかなと、プールが少し小さく見えたように感じます。安全に気をつけて、プールや水遊び等を楽しんでいきたいと思えます。また、7月の終わりに、夏祭りがあります。最後の夏祭りになりますので、盆踊りなど楽しみながら、満喫したい



今月の給食レシピ

豚肉の塩こうじ焼き

材料(幼児2人分)

作り方

豚小間肉・・・100g
玉葱・・・50g(約1/4個)
みりん・・・5g(小さじ1)
醤油・・・3g(小さじ1/2)
液体塩こうじ・・・6g(小さじ1強)

- ①玉葱をスライス状に切る。
- ②玉葱、豚肉、すべての調味料をよく混ぜ合わせ揉みこむ。
- ③フライパンに少量の油を敷き、炒める。



水遊びの季節がやってきました。
みんなで元気に水遊びをする前に
子どもの体調や皮膚の状態を
もう一度しっかりと見てみて下さい。

皮膚の病気

○水いぼ(伝染性軟属腫)

ウイルスの感染によってできる「いぼ」の一種で、ぷつぷとした水泡が体全体に散っていることもあれば、部分的に固まって発症することもあります。

乾燥肌やアトピー性皮膚炎の人が、かかりやすい傾向にあるようです。

掻き壊すと広がるので、爪を短く切って清潔にたもちましょう。

○とびひ(伝染性膿痂疹)

アトピーやあせも、虫刺され、すり傷などを手で触ったり掻いたりすると、皮膚の表面に複数の細菌が繁殖し、皮膚がただれたり、水ぶくれになったり、かさぶたになったりします。

患部を触った手で体の他の場所に触れると、感染がさらに広がります。ガーゼなどで覆って、直接触れないようにしましょう。

虫刺されやすり傷などは放置せず、しっかりと消毒をして清潔にし、とびひにならないように注意が必要です。

汗をかいたらこまめに着替え、爪は短く切り、シャワーを浴びて体を清潔に保ちましょう。

園生活・水遊びでの注意点

皮膚症状がみられる場合は、早めに皮膚科で診てもらいましょう。

水いぼ・とびひ共に、触れるとうつる可能性があるため、衣類や絆創膏などでしっかりと患部を覆って下さい。

水を介してうつることはありません。しかし、患部を掻いたり、水遊びの後は皮膚の状態が悪くなりやすいです。

水いぼは覆ってあれば、水遊びは可能です。ラッシュガードやタオル等覆う準備をお願いします。

とびひは受診し治療してかさぶたになるまでは、水遊びは控えましょう。

7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8年6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	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
水	1 ツナごはん 豚肉とほうれん草の和風サラダ みそ汁 オレンジ	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 490/522 P 16.0/16.7 F 12.5/12.0 食塩 0.9/1.0	金	17 ロールサンド (ウインナー、ジャム) ポトフ バナナ	ロールパン、ウインナー、ソース ケチャップ、梅ジャム、ベーコン じゃが芋、人参、玉葱、キャベツ コンソメ	麦茶 ごんじゅうおにぎり	E 451/466 P 14.0/13.8 F 13.2/12.7 食塩 1.7/1.9
木	2 ごはん 豚肉と豆腐の塩炒め えのきと小松菜の和え物 みそ汁	豚肉、豆腐、ねぎ、万ねぎ レモン、ごま油、片栗粉 鶏がらスープ、小松菜、人参 えのき、生姜、キャベツ、油揚げ	牛乳 ウインナーパン	E 502/532 P 21.1/22.4 F 19.7/21.1 食塩 1.3/1.6	土	18 焼肉丼 すまし汁	豚肉、キャベツ、人参、玉葱 生姜、チンゲン菜、豆腐	牛乳 ビスケット せんべい	E 442/458 P 15.0/15.1 F 12.6/11.7 食塩 0.8/0.9
金	3 ジャージャーうどん キャベツのごま和え 中華風卵スープ バナナ	うどん、豚肉、ねぎ、人参、玉葱 生姜、にんにく、胡瓜、もやし 味噌、片栗粉、キャベツ、人参 ごま、油揚げ、豆腐、卵、ごま油	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳)	E 450/469 P 17.0/18.2 F 14.8/14.5 食塩 1.4/1.4	日	 海の日			
土	4 和風スパゲティ じゃが芋のそぼろ煮	スパゲティ、ベーコン、玉葱 しめじ、舞茸、ほうれん草 めんつゆ、じゃが芋、鶏肉 片栗粉	牛乳 クラッカー せんべい	E 440/451 P 17.0/17.7 F 14.5/14.4 食塩 1.0/1.1	20				
日	5				21	雑穀米ごはん 煮魚 ひじき入りサラダ みそ汁 オレンジ	のりたま、カラスカレイ、生姜 ひじき、キャベツ、人参 コーン缶、竹輪、南瓜、玉葱	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳)	E 485/514 P 18.7/19.9 F 11.0/9.9 食塩 1.2/1.4
月	6 ごはん 豚肉のつけ焼き トマトサラダ みそ汁 オレンジ	豚肉、玉葱、にんにく、トマト キャベツ、胡瓜、じゃが芋 わかめ	牛乳 いちご蒸しパン	E 502/527 P 18.9/19.7 F 17.7/18.5 食塩 1.2/1.3	水	22 焼き鳥丼 三色ごま和え みそ汁	鶏肉、玉葱、ねぎ、椎茸 海苔、片栗粉、ほうれん草 人参、もやし、ごま なす、油揚げ	牛乳 しらすチーズトースト	E 492/513 P 20.2/21.4 F 16.7/17.1 食塩 1.7/2.0
火	7 ちらし寿司 小松菜ともやしのナムル 星の子スープ ヤクルト	鶏肉、人参、コーン缶、絹さや 干し椎茸、海苔、小松菜、人参 もやし、ごま、鶏がらスープ おくら、そうめん	牛乳 七タジャムサンド	E 441/496 P 16.2/17.0 F 11.2/10.3 食塩 1.4/1.7	木	23 チャーハン チーズ入りマトサラダ オニオンスープ	焼豚、万ねぎ、卵、ナルト キャベツ、胡瓜、トマト、チーズ 玉葱、わかめ、コンソメ	牛乳 ココアちんすこう	E 525/556 P 15.5/15.5 F 19.1/20.1 食塩 1.4/1.6
水	8 雑穀米ごはん 魚のバーベキュー焼き マカロニサラダ みそ汁	おかか、カラスカレイ、片栗粉 りんご、マカロニ、じゃが芋 人参、胡瓜、ツナ、コーン缶 卵、マヨネーズ、豆腐、ねぎ	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳)	E 468/490 P 20.0/21.6 F 14.9/14.7 食塩 1.2/1.4	金	24 冷やしきつね 南瓜の甘露煮 オレンジ	うどん、トマト、胡瓜、油揚げ 卵、めんつゆ、南瓜	牛乳 おふの黒糖スナック	E 430/442 P 16.1/16.1 F 11.0/9.9 食塩 1.1/1.4
木	9 麻婆豆腐丼 小松菜とムンのドレッシング和え すまし汁 オレンジ	豚ひき肉、豆腐、人参、玉葱 椎茸、にんにく、生姜、味噌 片栗粉、小松菜、卵、ハム ごま油、ねぎ、わかめ	牛乳 バインケーキ	E 538/576 P 20.1/21.1 F 20.9/22.3	土	25 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、青梗菜、豆腐	牛乳 クラッカー せんべい	E 450/474 P 16.0/16.4 F 14.7/14.6 食塩 1.2/1.3
金	10 茄子のミートソーススパゲティ チーズ入りコーンサラダ たまごスープ	スパゲティ、豚肉、茄子、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、胡瓜、コーン缶 チーズ、卵、ねぎ、コンソメ	牛乳 きな粉マドレーヌ	E 486/511 P 20.4/21.3 F 17.6/18.4 食塩 1.2/1.4	日				
土	11 親子丼 すまし汁	鶏肉、卵、ねぎ、玉葱、舞茸 しめじ、万ねぎ、豆腐	牛乳 ビスケット せんべい	E 441/457 P 19.3/20.1 F 11.5/10.6 食塩 1.0/1.2	月	27 ごはん やみつきチキン フルーツフレンチサラダ みそ汁	鶏肉、にんにく、バセリ ケチャップ、マヨネーズ レーズン、キャベツ、人参、胡瓜 りんご、みかん缶、玉葱、しめじ	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳)	E 485/512 P 17.3/18.0 F 15.9/16.2 食塩 1.0/1.1
日	12				28	雑穀米ごはん 魚のパン粉焼き 南瓜サラダ みそ汁 オレンジ	おかか、鮭、パン粉、粉チーズ マヨネーズ、青のり、南瓜 玉葱、胡瓜、ベーコン 茄子、油揚げ	牛乳 ヨーグルトパン	E 444/522 P 18.1/22.1 F 12.2/15.2 食塩 0.8/0.9
月	13 ごはん 筑前煮 胡瓜とトマトのナムル みそ汁	鶏肉、人参、大根、筍、蓮根 蒟蒻、トマト、胡瓜、ごま 鶏がらスープ、小松菜、えのき	牛乳(2~5歳) 南瓜パパロア 麦茶(0~1歳) ヨーグルト、せんべい	E 477/486 P 17.3/17.4 F 12.4/12.9 食塩 1.0/1.1	水	29 親子そぼろ丼 ひじきサラダ みそ汁	鶏肉、いんげん、卵、ごま でんぶ、のり、ひじき、キャベツ 胡瓜、人参、豆腐、ねぎ	牛乳(2~5歳) フルーツポンチ 麦茶(0~1歳) ヨーグルト、せんべい	E 448/521 P 21.1/22.1 F 14.9/15.9 食塩 1.2/1.2
火	14 発芽玄米ごはん 鮭のバター醤油焼き さつま芋のサラダ みそ汁 オレンジ	海苔おかか、鮭、バター さつま芋、人参、胡瓜、りんご ハム、マヨネーズ、玉葱 しめじ	牛乳 ぶどうパン	E 537/576 P 21.3/22.7 F 14.4/14.2 食塩 1.4/1.4	木	30 ふりかけごはん ミートボール野菜あんかけ コーンサラダ みそ汁	おかか、豚肉、玉葱、人参 しめじ、卵、パン粉、片栗粉 キャベツ、胡瓜、コーン缶 じゃが芋、わかめ	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3~5歳)	E 496/525 P 17.4/18.1 F 15.3/15.4 食塩 1.0/1.1
水	15 大豆キーマカレー 二色キャベツ わかめスープ	豚肉、人参、玉葱、ピーマン 水煮大豆、カレールウ キャベツ、人参 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 502/535 P 19.0/20.5 F 17.7/18.4 食塩 1.4/1.6	金	31 焼きそば トマト、ブロッコリー すまし汁 バナナ	中華麺、豚肉、キャベツ、人参 もやし、ピーマン、ソース トマト、ブロッコリー、マヨネーズ ニラ、卵	牛乳 小松菜チーズ蒸しパン	
木	16 ごはん 鶏肉のみそ焼き 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、生姜、えのき わかめ	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3~5歳)	E 477/498 P 19.7/21.2 F 17.1/17.9 食塩 1.4/1.6	※				

※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。

【土用の丑の日にはうなぎ】

本来うなぎの旬は冬ですが、7月の土用の丑の日にはうなぎを食べる習慣があります。
ビタミンAをはじめとするビタミン類が豊富なうなぎは、疲労回復や夏バテ防止にピッタリです。

7月 離乳食予定献立表

(令和8年6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		材料	完了期給食		日	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			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	お粥 小松菜煮 豆腐煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(さつま芋、玉葱) オレンジ ヨーグルト せんべい	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、オレンジ	ツナごはん 豚肉とほうれん草の和風サラダ みそ汁 オレンジ 牛乳 ビスケット、せんべい	17	お粥 玉葱煮 じゃが芋煮 野菜スープ	パン粥(食パン) ポトフ バナナ 麦茶 おかか粥	食パン、粉ミルク じゃが芋、キャベツ、玉葱 人参、鶏肉、コンソメ バナナ 米、鰹節	17	金	ローリングサンド (ウインナー、苺ジャム) ポトフ バナナ 麦茶 ごんじゅうおにぎり				
2	お粥 人参煮 玉葱煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 豆腐と野菜のそぼろ煮 みそ汁(キャベツ) ヨーグルト 蒸しパン	豆腐、鶏肉、ねぎ、えのき 小松菜、人参、醤油、砂糖 片栗粉、煮干、鰹節、味噌 キャベツ ホットケーキミックス	ごはん 豚肉と豆腐の塩炒め えのきと小松菜の和え物 みそ汁 牛乳 ウインナーパン	18	お粥 人参煮 玉葱煮 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 食パン	鶏肉、ねぎ、玉葱、椎茸 人参、もやし、ほうれん草 醤油、砂糖、煮干、鰹節 味噌、なす 食パン	18	土	焼肉丼 すまし汁 牛乳 ビスケット、せんべい				
3	お粥 人参煮 キャベツ煮 野菜スープ	味噌煮込みうどん 南瓜の甘煮 バナナ ヨーグルト ビスケット	うどん、もやし、ねぎ、人参 玉葱、キャベツ、味噌、醤油 鰹節、煮干、南瓜、砂糖 バナナ	ジャージャーうどん キャベツのごま和え 中華風卵スープ バナナ 牛乳 ビスケット、せんべい	19	お粥 人参煮 玉葱煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 白身魚とひじきの煮物 みそ汁(南瓜、玉葱) バナナ ヨーグルト ビスケット	カラスカレイ、キャベツ ひじき、人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 南瓜、玉葱、オレンジ	19	日	雑穀米ごはん 煮魚 ひじき入りサラダ みそ汁 バナナ 牛乳 ビスケット、せんべい				
4	お粥 人参煮 玉葱煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(じゃが芋、わかめ) バナナ ヨーグルト 蒸しパン	鶏肉、人参、小松菜 もやし、コンソメ 煮干、鰹節、醤油 おくら、そうめん	ちらし寿司 小松菜ともやしのナムル 星の子スープ 牛乳 セタジャムサンド	20	お粥 人参煮 玉葱煮 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 食パン	鶏肉、キャベツ、トマト 醤油、砂糖 わかめ、玉葱、コンソメ 食パン	20	月	チャーハン チーズ入りマトサラダ オニオンスープ 牛乳 ココアちんすこう				
5	お粥 人参煮 玉葱煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(じゃが芋、わかめ) バナナ ヨーグルト 蒸しパン	鶏肉、人参、小松菜 もやし、コンソメ 煮干、鰹節、醤油 おくら、そうめん	雑穀米ごはん 魚のバーベキュー焼き マカロニサラダ みそ汁 牛乳 クラッカー、せんべい	21	お粥 人参煮 玉葱煮 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 食パン	鶏肉、キャベツ、人参 コンソメ 煮干、鰹節、味噌 玉葱、しめじ、りんご	21	火	カレーライス すまし汁 牛乳 クラッカー、せんべい				
6	お粥 人参煮 玉葱煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(じゃが芋、わかめ) バナナ ヨーグルト 蒸しパン	鶏肉、人参、小松菜 もやし、コンソメ 煮干、鰹節、醤油 おくら、そうめん	親子丼 すまし汁 牛乳 ビスケット、せんべい	22	お粥 人参煮 玉葱煮 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 食パン	鶏肉、キャベツ、人参 コンソメ 煮干、鰹節、味噌 玉葱、しめじ、りんご	22	水	雑穀米ごはん 魚のバーベキュー焼き マカロニサラダ みそ汁 牛乳 クラッカー、せんべい				
7	お粥 小松菜煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(じゃが芋、わかめ) バナナ ヨーグルト 蒸しパン	鶏肉、人参、小松菜 もやし、コンソメ 煮干、鰹節、醤油 おくら、そうめん	麻婆豆腐丼 小松菜とハムのドレッシング和え すまし汁 オレンジ 牛乳 バインケーキ	23	お粥 人参煮 玉葱煮 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 食パン	鶏肉、キャベツ、人参 コンソメ 煮干、鰹節、味噌 玉葱、しめじ、りんご	23	木	雑穀米ごはん 魚のバーベキュー焼き マカロニサラダ みそ汁 牛乳 クラッカー、せんべい				
8	お粥 じゃが芋煮 豆腐煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 魚と野菜の煮物 みそ汁(とうふ、ねぎ) りんご ヨーグルト せんべい	カラスカレイ、人参 じゃが芋、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 豆腐、ねぎ、りんご	親子丼 すまし汁 牛乳 ビスケット、せんべい	24	お粥 人参煮 玉葱煮 野菜スープ	煮込みうどん 南瓜の甘煮 オレンジ ヨーグルト ビスケット	うどん、鶏肉、トマト キャベツ、玉葱、煮干 鰹節、醤油、南瓜、砂糖 オレンジ	24	金	冷やしきつね 南瓜の甘煮 オレンジ 牛乳 おふの黒糖スナック				
9	お粥 ほうれん草煮 さつま芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 豆腐と野菜のそぼろ煮 すまし汁(ねぎ、わかめ) オレンジ ヨーグルト 蒸しパン	鶏肉、豆腐、人参、玉葱 椎茸、小松菜、醤油、砂糖 片栗粉、煮干、鰹節、ねぎ わかめ、オレンジ ホットケーキミックス	麻婆豆腐丼 小松菜とハムのドレッシング和え すまし汁 オレンジ 牛乳 バインケーキ	25	お粥 人参煮 玉葱煮 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 食パン	鶏肉、キャベツ、人参 コンソメ 煮干、鰹節、味噌 玉葱、しめじ、りんご	25	土	雑穀米ごはん 魚のバーベキュー焼き マカロニサラダ みそ汁 牛乳 クラッカー、せんべい				
10	お粥 玉葱煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 洋風煮込みうどん じゃが芋のそぼろあん ヨーグルト きな粉蒸しパン	うどん、人参、玉葱、椎茸 ピーマン、茄子、コンソメ ケチャップ、じゃが芋、鶏肉 醤油、砂糖、片栗粉 きな粉、ホットケーキミックス	親子丼 すまし汁 牛乳 ビスケット、せんべい	26	お粥 人参煮 玉葱煮 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 食パン	鶏肉、キャベツ、人参 コンソメ 煮干、鰹節、味噌 玉葱、しめじ、りんご	26	日	雑穀米ごはん 魚のバーベキュー焼き マカロニサラダ みそ汁 牛乳 クラッカー、せんべい				
11	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(小松菜) ヨーグルト せんべい	鶏肉、人参、大根、蒟 トマト、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 小松菜	親子丼 すまし汁 牛乳 ビスケット、せんべい	27	お粥 人参煮 小松菜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(玉葱、しめじ) りんご ヨーグルト ビスケット	鶏肉、キャベツ、人参 コンソメ 煮干、鰹節、味噌 玉葱、しめじ、りんご	27	月	雑穀米ごはん 魚のバーベキュー焼き マカロニサラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい				
12	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(小松菜) ヨーグルト せんべい	鶏肉、人参、大根、蒟 トマト、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 小松菜	親子丼 すまし汁 牛乳 ビスケット、せんべい	28	お粥 人参煮 玉葱煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(なす) オレンジ ヨーグルト 蒸しパン	鮭、南瓜、玉葱、コンソメ 鮭と野菜のコンソメ煮 みそ汁(なす) 煮干、鰹節、味噌 なす、オレンジ ホットケーキミックス	28	火	雑穀米ごはん 魚のバーベキュー焼き マカロニサラダ みそ汁 牛乳 ヨーグルトパン				
13	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(小松菜) ヨーグルト せんべい	鶏肉、人参、大根、蒟 トマト、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 小松菜	親子丼 すまし汁 牛乳 ビスケット、せんべい	29	お粥 小松菜煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉とひじきの煮物 みそ汁(ねぎ、豆腐) ヨーグルト せんべい	鶏肉、キャベツ、人参 ひじき、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 ねぎ、豆腐、オレンジ	29	水	雑穀米ごはん 魚のバーベキュー焼き マカロニサラダ みそ汁 牛乳 ヨーグルトパン				
14	お粥 さつま芋煮 玉葱煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鮭と野菜のコンソメ煮 みそ汁(玉葱、しめじ) バナナ ヨーグルト 食パン	鮭、さつま芋、人参 コンソメ、煮干、鰹節、味噌 玉葱、しめじ、バナナ 食パン	親子丼 すまし汁 牛乳 ビスケット、せんべい	30	お粥 玉葱煮 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(わかめ、じゃが芋) ヨーグルト ビスケット	鶏肉、人参、玉葱、しめじ キャベツ、コンソメ、ケチャップ 煮干、鰹節、味噌 わかめ、じゃが芋	30	木	雑穀米ごはん 魚のバーベキュー焼き マカロニサラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい				
15	お粥 人参煮 キャベツ煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 大豆と野菜のそぼろ煮 わかめスープ ヨーグルト ビスケット	鶏肉、人参、玉葱、ピーマン 水煮大豆、キャベツ、醤油 砂糖、片栗粉 わかめ、コンソメ	親子丼 すまし汁 牛乳 ビスケット、せんべい	31	お粥 人参煮 キャベツ煮 野菜スープ	煮込みうどん 南瓜の甘煮 バナナ ヨーグルト 小松菜蒸しパン	うどん、キャベツ、人参 もやし、ピーマン、鶏肉 煮干、鰹節、醤油、バナナ 南瓜、砂糖 小松菜、ホットケーキミックス	31	金	雑穀米ごはん 魚のバーベキュー焼き マカロニサラダ みそ汁 牛乳 クラッカー、せんべい				
16	お粥 人参煮 小松菜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の味噌煮 すまし汁(わかめ、えのき) ヨーグルト せんべい	鶏肉、小松菜、人参 味噌、醤油、砂糖 煮干、鰹節、わかめ えのき	親子丼 すまし汁 牛乳 クラッカー、せんべい	※	お粥 人参煮 玉葱煮 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 食パン	鶏肉、キャベツ、人参 コンソメ 煮干、鰹節、味噌 玉葱、しめじ、りんご	※	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。