



じょうぶな子、げんきな

《第9回 運動会について》

☆0・1・2才児クラス・・・9月26日(金) ホールにて



『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)

☆3・4・5才児クラス・・・10月11日(土) 午前中で終了予定 3クラス合同で行います ※雨天順延
ご家族の観覧については、今年は人数の制限は致しません。

0・1・2才児の在園兄弟児もご家族と一緒に観覧していただいて大丈夫です。

※通常、土曜日の保育を利用している0～2才児の保育につきましては、職員配置の関係上できるだけ
家庭育ご協力をお願いいたします。どうしても家庭保育が難しい方は事務所までご相談ください。

★詳細は後日、メールやお手紙でお知らせいたします。



9月

9月の行事予

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| 1日(月) 避難訓練(地震) | 18日(木) 絵画教室(4・5才児) |
| 2日(火) 体育指導日 | 19日(金) ミニ運動会リハーサル(0～2才児) |
| 4日(木) 絵画教室(2・3才児) | 絵本・納入袋配布 |
| 5日(金) リトミック | 22日(月) 身体測定 |
| 8日(月) あおぞらさんへ敬老の日慰問(5才児) | 23日(火) 秋分の日 休園 |
| 9日(火) 体育指導日 | 26日(水) ミニ運動会(0～2才児) |
| 11日(木) 英語教室 | 30日(火) 体育指導日 |
| 15日(月) 敬老の日 休園 | 園便り・献立表配信 |
| 16日(火) 体育指導日 | |
| 17日(水) 誕生会 | |



今月の保育目標



- たんぽぽ** — 安心できる環境の中で保育者や友達と一緒に
好きな遊びを十分に楽しむ。
・身体を動かして遊ぶ楽しさを感じる。
- もも** — 保育者に見守られながら身の回りの事を自分でやろうとし
「できた」という達成感を味わう。
・戸外で保育者や友だちと一緒に体を動かし遊ぶ事を楽しむ。
- ちゅうりっぷ** — 季節の移り変わりを感じ戸外活動を通し秋の自然に触れる。
・夏の疲れにより体調を崩さないように健康的に過ごす。
- さくら** — 運動会の練習に取り組み、友達と一緒に表現することや
体を動かすことの楽しさを知る
・季節の移り変わりに気付き、興味・関心を持つ
- ひまわり** — 友達と協力することの大切さを知る。
・身近な自然に触れ、季節の移り変わりを感じる。
- ゆり** — 友達と共有の目的をもち、協力しながら活動に取り組み
最後までやり遂げた達成感や充実感を味わう。
・体を十分に動かし、友達と一緒に運動遊びや表現遊びを
主体的に楽しむ。
・身近な自然に触れ、季節の移り変わりを感じる。

お知らせとお願い

●9月から運動会の練習がはじまります。 **朝食はお家でしっかり食べてくるようにしましょう。**また運動量が多くなるので、食事・睡眠・休息を十分とるように心掛けましょう。

●記入していただいた9月の保育利用表に変更があった場合には、早めに担任までお知らせください。



和（なごみ）通信

9月



たんぽぽ組 (0才児)

まだまだ暑い日が続いていますが、たんぽぽ組の子どもたちは保育者や友達と関わりながら毎日楽しく元気に過ごしています。最近では友達への興味も高まり、お友達が登園してくると近くにいき顔をのぞき込んだり、体や頭をポンポンと触って「おはよう！」とコミュニケーションを取ったり、見ていてとても微笑ましいです。また、朝の会ではピアノの音が聞こえると体を揺らしたり、机をパンパンと叩いて笑顔で楽しんでいる子ども達です。

9月も体調や気温に合わせて沐浴をし、汗を流して気持ち良く過ごしていきたいと思います。ミニ運動会もあるので楽しく参加したいと思います。



さくら組 (3才児)

毎日暑い日が続いていますが子どもたちは元気いっぱい様々な活動を楽しみながら行っています。ブロック遊びでは作りたいものを自分で作れるようになり繰り返し遊ぶ姿が見られています。製作では折り紙、絵の具スタンプ、ハサミを使って製作を行い真剣な表情をしながら作っていました。プール遊びでは初めは水を怖がっていた子も自分から水に顔を付けられるようになりダイナミックに遊ぶ姿が見られました。9月は運動会の練習が始まります。みんなで楽しみながらかけっこやダンスを行っていききたいと思います。



もも組 (1才児)

日が落ちるのが早くなってきて少しずつ秋に近づいてきましたが、まだまだ暑い日が続きます。8月は晴天が続き水遊びを沢山しました。始めた頃は顔に水がかかるのが苦手で泣いてしまう子もいましたが、回数を重ねていくと慣れていったようで水がかかっても大丈夫！とたくましくなりました。スポンジで窓を掃除してくれたり、水鉄砲で保育士に水をかけたりと楽しい場面が沢山ありました。夏ならではの遊びを十分に楽しみました。9月はミニ運動会があり、どの子も楽しめるような内容を考えていますので楽しみにして下さい。引き続きこまめな水分補給や休息を取りながら過ごしていきたいと思います。



ひまわり組 (4才児)

日差しがまだまだ強いですが、プールに入ったり、泥んこ遊びをしたりして気持ち良く過ごした8月でした。プールでは、肘を付けて体を浮かせ、泳ぐ“ワニ泳ぎ”がとても上手になりました。しっかりと体を浮かし、リレーができるまでになり大盛り上がりで楽しんでいました。

また、体育指導では組立体操の練習が始まりました。子どもたちの方から「もう1回練習したい！」という声が上がりと、とても意欲的です。まだまだ苦手な技やダンスがあるので頑張っていきたいです。また、クラスの間遊びも楽しみながら練習していきたいです。



ちゅうりっぷ組 (2才児)

まだまだ夏の暑さが残っていますが、元気いっぱいの子供たち。8月は水遊びをしたり氷や水風船を触ったりと夏の遊びをたくさん楽しみました。「冷たくてびっくりした！」「気持ちいい～！」と嬉しそうに伝えてくれる子、真剣な表情で感触を味わっている子とそれぞれの姿が可愛く印象的でした。最近では歌をうたうことも大好きで特に「南の島のハメハメハ大王」「ぼくのミックスジュース」などは振り付けも楽しみながら歌っています！

9月はミニ運動会があります。かけっこで一生懸命走ったり、お遊戯の振りを覚えたりと少しずつ練習していこうと思います。体調面も気をつけながら、ちゅうりっぷ組らしい運動会にしていきたいです。



ゆり組 (5才児)

暑い毎日ですが、しっかりと水分補給や休息を取り、給食も沢山食べて元気いっぱいのゆり組さん。プール遊びや泥んこ遊びをしながら夏ならではの遊びを楽しんでいます。8/1には皆が楽しみにしていたゆり組お楽しみデーがありました。“ゆり組だけの特別”を満喫した1日だったので「楽しかった！またやりたい！」と友達と話しながら思い出画を描いていました。楽しい思い出になってくれて良かったです♪ご協力ありがとうございました。今は運動会に向けて少しずつ練習を始めています。組立体操は練習を重ねるごとに上手になり「練習したい！」と子ども達からも声が上がりと、友達同士教え合う姿も見られます。「家でも練習してるよ！」と教えてくれる子も多いので楽しみながら取り組んでいってほしいと思います。

給食だよリ



非常食の備えは できていますか？



9月1日は、災害への認識を深め、備えを確認する「防災の日」です。関東大震災が起きた日であり、台風が多いとされる二百十日から制定されました。



準備するとよいもの

飲料水（1人1日3L×3日分）・3日分の非常食・医薬品・懐中電灯・携帯ラジオ・予備の電池・カセットコンロ・ガスボンベ・貴重品（現金・身分証明書・通帳、印鑑、保険証ほか）



【 9月は防災月間です 】

ご自宅でも防災グッズの用意や点検をされていることと思います。その際、非常食にお子さんがいつも食べているおやつを加えておくとう万一の時には不安を和らげてくれる効果があります。



今月の郷土料理は、鳥取県の
どんどろけめしです。
9月24日の給食で提供する
予定です。



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。

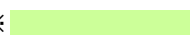
未満児0～2歳、以上児3～5歳を表しています。 E:エネルギー P:蛋白質 F:脂質

(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月	ごはん 酢豚 ポパイサラダ みそ汁 パナナ	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 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 452/471 P 15. 9/16. 0 F 13. 8/13. 4 食塩 1. 1/1. 4	17水	チャーハン チーズ入りトマトサラダ オニオンスープ オレンジ	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 443/462 P 15. 4/15. 5 F 13. 1/12. 7 食塩 1. 2/1. 4
2火	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) かぼちゃパパロア 麦茶(0～1歳) ヨーグルト、せんべい	E 545/581 P 23. 3/24. 5 F 14. 7/14. 5 食塩 1. 3/1. 7	18木	ごはん 鶏肉のレモン醤油がけ ひじきのナムル みそ汁 パナナ	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 さつまいも、玉葱	牛乳 ぱりぱりカルシウム	E 487/523 P 23. 5/25. 7 F 11. 6/10. 8 食塩 1. 4/1. 6
3水	焼きとり丼 三色ごま和え みそ汁	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 ホットク	E 453/480 P 17. 1/17. 4 F 13. 6/14. 5 食塩 1. 1/1. 5	19金	焼きそば ブロッコリーのごま酢和え 中華風コーンスープ	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、クリームコーン缶 万葱、卵、片栗粉、鶏がらスープ	牛乳 いちご蒸しパン	E 425/505 P 16. 3/19. 7 F 14. 6/16. 0 食塩 1. 4/1. 6
4木	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 梨ジャムサンド	E 446/531 P 18. 3/22. 7 F 13. 6/14. 5 食塩 1. 2/1. 4	20土	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金	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 人参豆腐ドーナツ	E 450/474 P 16. 5/16. 9 F 15. 7/15. 8 食塩 1. 3/1. 6	21日				
6土	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月	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、レーズン、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日					23火	秋 分 の 日			
8月	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水	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火	鮭寿司 ポテトサラダ みそ汁	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 482/513 P 17. 8/18. 8 F 15. 2/14. 9 食塩 1. 2/1. 4	25木	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水	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 南瓜、玉葱	牛乳 大学いも	E 500/542 P 15. 2/15. 4 F 15. 8/16. 1 食塩 1. 1/1. 3	26金	ロールサンド (たまご、ジャム) 具だくさんボトフ 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 ウイナー	牛乳 パナナマフィン	E 461/485 P 16. 6/17. 0 F 18. 6/19. 6 食塩 1. 4/1. 7
11木	ごはん はんぺんフライ コーンサラダ みそ汁	はんぺん、チーズ、パン粉 卵、ケチャップ、ソース 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 477/505 P 15. 5/15. 3 F 16. 4/16. 7 食塩 1. 2/1. 3	27土	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金	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	スパゲティ、豚肉、玉葱、ピーマン、人参 ケチャップ、ソース、ヨーグルト、キウイ 桃缶、ハイン缶、みかん缶、りんご、バナナ キャベツ、玉葱、コーン缶、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日				
13土	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月	ひじきごはん ワンドンスープ 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、ワンドンの皮、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日					30火	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 ブルーベリーチーズサンド	E 494/532 P 22. 8/24. 6 F 15. 2/15. 4 食塩 1. 3/1. 4
15月	敬老の日								
16火	雑穀米ごはん 魚のごまみそ焼き もやしサラダ すまし汁	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 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 448/475 P 18. 9/20. 0 F 9. 9/8. 5 食塩 1. 2/1. 4	※  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

日	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
曜		中期・後期午後おやつ		完了期午後おやつ	曜		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 ヨーグルト ビスケット	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 豆腐、オレンジ	ごはん 酢豚 ポパイサラダ みそ汁 パナナ 牛乳 ビスケット、せんべい	17 水	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 オレンジ ヨーグルト ビスケット	鶏肉、トマト、キャベツ 胡瓜、醤油、砂糖 わかめ、玉葱、コンソメ オレンジ	チャーハン チーズ入りトマトサラダ オニオンスープ オレンジ 牛乳 ビスケット、せんべい
2 火	お粥 玉葱煮 キャベツ煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 わかめスープ ヨーグルト せんべい	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 魚のハーベキュー焼き トマトサラダ わかめスープ 麦茶 ヨーグルト、せんべい	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(さつま芋、玉葱) バナナ ヨーグルト せんべい	鶏肉、ひじき、ほうれん草 人参、醤油、砂糖 さつま芋、玉葱 バナナ	ごはん 鶏肉のレモン醤油がけ ひじきのナムル みそ汁 パナナ 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) ヨーグルト プレーン蒸しパン	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 小麦粉	焼きとり丼 三色ごま和え みそ汁 牛乳 ホットク	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 ヨーグルト プレーン蒸しパン	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 中華風コンソメスープ 牛乳 いちご蒸しパン
4 木	お粥 キャベツ煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜のコンソメ煮 みそ汁(じゃが芋、しめじ) ヨーグルト 食パン	鶏肉、キャベツ、胡瓜 人参、コンソメ 煮干、鰹節、味噌 じゃが芋、しめじ 食パン	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 牛乳 梨ジャムサンド	20 土				そうめん ポテトとベーコンの バター炒め 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 バナナ ヨーグルト 人参蒸しパン	うどん、人参、玉葱 トマト、鶏肉 煮干、鰹節、醤油 南瓜、砂糖、バナナ 人参、小麦粉	冷やしきつね 南瓜のそぼろあん オレンジ 牛乳 人参豆腐ドーナツ	21 日				
6 土				カレーライス すまし汁 牛乳 ビスケット、せんべい	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 ヨーグルト ビスケット	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
7 日					23 火				
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 ヨーグルト ごま蒸しパン	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 ごま、豆腐、小麦粉	発芽玄米ごはん 筑前煮 わかめの酢の物 みそ汁 パナナ 牛乳 ごま蒸しパン	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 ヨーグルト ビスケット	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カレー煮 春雨スープ 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) ヨーグルト 食パン	鮭、じゃが芋、人参 胡瓜、コンソメ 煮干、鰹節、味噌 豆腐、ねぎ 食パン	鮭寿司 ポテトサラダ みそ汁 牛乳 ぶどうパン	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 ヨーグルト せんべい	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	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 麦茶 ヨーグルト、せんべい
10 水	お粥 南瓜煮 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(南瓜、玉葱) オレンジ ヨーグルト ふかし芋	鶏肉、ほうれん草 トマト、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 南瓜、玉葱 オレンジ、さつま芋も	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 大学いも	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 ヨーグルト バナナ蒸しパン	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 バナナ、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 牛乳 バナナマフィン
11 木	お粥 じゃが芋煮 キャベツ煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 魚と野菜の煮物 みそ汁(じゃが芋、わかめ) ヨーグルト ビスケット	カラスカレイ、キャベツ 胡瓜、コンソメ 煮干、鰹節、味噌 じゃがいも、わかめ	ごはん はんぺんフライ コーンサラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい	27 土				親子丼 すまし汁 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 麦茶 小松菜と鮭のお粥	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 鮭、小松菜	ミートソースパゲティ フルーツサラダ キャベツスープ 麦茶 小松菜とワナの味噌おにぎり	28 日				
13 土				冷やしうどん じゃが芋のそぼろ煮 牛乳 クラッカー、せんべい	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 ヨーグルト さつま芋蒸しパン	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 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) ヨーグルト 食パン	鮭、小松菜、人参 切干大根、コンソメ わかめ、醤油、煮干 鰹節 食パン	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 牛乳 フルーベリーチーズサンド
15 月									
16 火	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) ヨーグルト ビスケット	魚、人参、もやし、胡瓜 コンソメ 煮干、鰹節、醤油 小松菜、豆腐	雑穀米ごはん 魚のごまみそ焼き もやしサラダ すまし汁 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。