



じょうぶな子、げんきな子

今年は連日30℃を超す暑が続いていますが、子ども達は真夏の太陽にも負けず元気いっぱいです。この猛暑で中々思い切りプール遊びも楽しむ事はまだできませんが、熱中症対策をしっかりとしながら今できる夏の遊びを行ない、室内遊び方も工夫しながら、子どもたちと楽しく過ごしたいと思います。夏の遊びを満喫し、このパワーを2学期につなげていきたいと思います。また、疲れの出やすい時期なので早寝をし、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。手足口病など感染症対策として、手洗いうがいもしっかり行いましょう。まだまだ続くこの暑さ、子どもも大人も体調管理を行い乗り切りましょう。

ゆりぐみデーについて

28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

1日(土) 布団乾燥
5日(水) 視力検査(4才)
6日(木) 視力検査(5才)
10日(月) 英語教室
11日(火) 山の日
13日(木) 絵画教室(2・3才)
14日(金) 避難訓練(不審者)
15日(土) 布団乾燥

19日(水) リトミック
21日(金) 絵本配布
24日(月) 身体測定
25日(火) 絵画教室(4・5才)
26日(水) 誕生会
28日(金) ゆり組デー
31日(月) プール納め
園だより・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よさや、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 ― 身のまわりの事を自分なりにやってみようとする
・十分な水分や休息を取り安定した生活リズムの中で暑い夏を元気に過ごす
- ちゅうりっぷ ― 体調や安全に配慮されながら水遊びを存分に楽しむ
・十分な休息をとりながら健康に過ごす
- さくら ― 夏を健康に過ごすための生活習慣がわかり進んで行く
・夏ならではの行事や遊びを、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 ― 季節を感じながら友達や保育士と夏の遊びを楽しむ
・夏を健康に過ごす為の生活習慣を身につける
- 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持って十分に遊びを楽しむ
・活動と休憩のバランスをしっかりと取りながら元気に過ごす

お知らせとお願い

●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ったら登園してよいかなど目安を聞いてみましょう。

●年間行事で予定していた、梨狩りですが真嶋園が営業を終了するとのことで、中止となりました。ご了承ください。





たんぽぽ組(0才児)

7月は急に暑くなりそして一気に夏！になりました。こまめに水分補給していますが麦茶をコップで飲むのが上手になってきています。今年のだんぽぽさんは水遊びが大好きで顔にかかっても平気でびっくりしています。水遊びデビューがまだの子も居るので反応が楽しみです。無理なく進めていきたいと思えます。初めての夏祭りも体験しました。盆踊りの音楽に体を揺らしたりじーっと見ていたり、いつもと違う特別な雰囲気を感じたと思います。お部屋ではお祭りネコバスに乗りボーリングを楽しみました。お祭りカーテン前でハイポーズ！。楽しい思い出になっていれば嬉しいです。8月も水遊びをしたり、お部屋でも楽しく遊べるように環境を整えていきたいです。体調管理をしながら元気に暑い夏を乗り切りましょう！



さくら組(3才児)

毎日暑い日が続いていますが、暑さにも負けず元気いっぱいの子ども達です。さくら組になり大きなプールにも少しずつ慣れお友達と笑い合ったり喜んで入っている姿が見られます。水着の着脱もとても上手になりました。濡れた水着からも素早く着替えることができていて日々の成長を感じられます。夏まつりの盆踊りの練習も頑張りました。あまり回数はなかったのですが、音楽に合わせて楽しそうに踊る姿が可愛かったです。先日の大きな雷が鳴った日はおへそを隠さない！と慌ててる子やびっくりして泣き出してテーブルの下に隠れる子など慣れない天気で大騒ぎな様子が微笑ましかったです。変わりやすい天候に気をつけ、十分に水分や休息をとりながら健康に注意して楽しく過ごしていきたいと思えます。



もも組(1才児)

夏本番になり暑い日が続いています。そんな中でも、子ども達は元気いっぱいに過ごしています。朝の会ではお名前を呼ばれると、「はいー！」と元気よくお返事で応えてくれるお友達が増えてきました。早い時期から水遊びが出来ていることもあり、すっかり水遊びが大好きになったもも組さんです。頭からビショビショになって楽しんでいます。夏まつりに向かって製作をしたり盆踊りの練習にも参加しました。縁日ごっこでは、金魚すくいや的当てのゲームを順番に楽しんでます。8月もこまめな水分補給をしながら暑さに負けず、元気に過ごせるよう体調管理に気を付けていこうと思います。



ひまわり組(4才児)

いつも朝から元気いっぱいのひまわりさん。プール・水遊びを楽しみにしていて、お天気とにらめっこし、晴れていると「今日プールやる？」と。「今日はプール入るよー！」と伝えると「やったー！！」と張り切って自ら支度、着替えをしています。準備もスムーズに出来るようになってきました。はじめは「つめたーい」と言いながら入っていても、気付くと「きもちーい」に変わり、大喜びしながら楽しんでいます。水着の用意やチェック表の記入など、いつもご協力ありがとうございます。疲れも出やすい時期なので、引き続き体調管理に気を付け水分補給や休息を取りながら元気に過ごしていきます。



ちゅうりっぷ組(2才児)

梅雨明けとともに一気に暑い日が増え、戸外での遊びにも十分注意して過ごしていきたいと思えます。子ども達からは「今日お外で遊ぶ？」の声も多く無理のない範囲で楽しめていけたらと、体調管理や水分補給など対処しながら日々の保育にあたっていきたいと思えます。ちゅうりっぷ組の子ども達は虫探しに夢中だったり、水遊びも大好きで、タライに浮かんだ玩具で遊んだり、水鉄砲で水を飛ばすなど大喜びで楽しんでいます。また園庭でシャワーミストを浴びるのも大好きで夏の暑さも少しだけ和らぐようです。お着替えセットなどのご用意もありがとうございます。引き続きよろしくお願い致します。



ゆり組(5才児)

7月に入りムシムシと暑い日が増えてきました。プール遊びを楽しんだり、夏まつりの盆踊りの練習では、ゆり組さんがさくら、ひまわり組さん、1階クラスのお友達のお手本になり頑張っている姿が見られました。夏まつりで、ヨーヨー、わなげ、くじびきをして、ポップコーンを食べました。みんなで食べた焼きそばはおいしかったです！！夏ならではの行事に、大満足の子ども達でした。8月の終わりには、ゆり組dayがあります。冒険をしたり、夕食をたべたり、楽しいことがたくさんあります。今からみんなで準備をしたり、当日を楽しみにしていきたいと思えます。今月も暑さに負けず、水分補給をしっかり取りながら、元気に夏を乗り切りたいと思えます。



給食室より

しらすチーズトースト

(材料)

食パン・・・1枚
しらす・・・20g
コーン缶・・・10g
青のり・・・適量
マヨネーズ・・・5g
ピザ用チーズ・・・15g

(作り方)

- ①食パン以外の材料を全て混ぜ合わせる。
- ②食パンに①をのせ広げる
- ③オーブンでチーズが溶け軽く焼き色が付くまで焼く。

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。

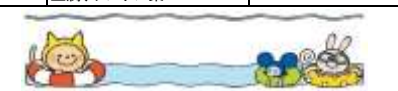
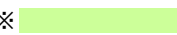
8月 給食予定献立表

【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8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 土	親子丼 すまし汁	鶏肉、卵、玉葱、ねぎ 舞茸、しめじ チンゲン菜、豆腐	牛乳 ビスケット せんべい	E 441/457 P 19. 2/20. 1 F 11. 5/10. 6 食塩 1. 0/1. 2	17 月	夏野菜カレー キャベツの甘酢和え 春雨スープ	鶏肉、茄子、南瓜、玉葱 赤パプリカ、コーン缶 カールウ、キャベツ、人参、ツナ 春雨、卵	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3～5歳)	E 486/516 P 16. 0/16. 6 F 16. 5/17. 0 食塩 1. 3/1. 5
2 日					18 火	発芽玄米ごはん 鮭の味噌マヨネーズ焼き キャベツのごま和え すまし汁	のりおかか、鮭、マヨネーズ 味噌、キャベツ、人参、油揚げ ごま、わかめ、えのき	牛乳 きな粉トースト	E 474/494 P 20. 4/21. 7 F 14. 9/14. 7 食塩 1. 4/1. 7
3 月	とうもろこしごはん 豚肉の生姜焼き トマトと胡瓜のナムル みそ汁	とうもろこし、バター 豚肉、生姜、玉葱、もやし 人参、トマト、胡瓜、ごま 鶏がらスープ、なす、油揚げ	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3～5歳)	E 474/498 P 16. 7/17. 4 F 15. 3/15. 2 食塩 1. 3/1. 5	19 水	スタミナ丼 トマトサラダ みそ汁 オレンジ	豚肉、人参、玉葱、しめじ にら、生姜、にんにく、ごま油 片栗粉、トマト、胡瓜、キャベツ 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 531/560 P 21. 2/22. 8 F 15. 3/15. 1 食塩 1. 1/1. 3
4 火	雑穀米ごはん 魚のバーベキュー焼き ミモザサラダ みそ汁 オレンジ	おかか、カラスカレイ、りんご 小麦粉 玉葱、いんげん、片栗粉 キャベツ、胡瓜、卵 冬瓜、油揚げ	牛乳 あずきマドレーヌ	E 522/555 P 21. 2/22. 2 F 16. 2/16. 5 食塩 1. 2/1. 4	20 木	ふりかけごはん 鶏のマーマレード焼き さつま芋のヨーグルトサラダ みそ汁	おかか、鶏肉 マーマレード、さつま芋 南瓜、ブロッコリー、ヨーグルト マヨネーズ、冬瓜、油揚げ	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 530/570 P 22. 7/24. 9 F 14. 1/14. 2 食塩 1. 1/1. 3
5 水	豆腐の肉野菜あんかけ丼 小松菜のじゃこ和え みそ汁	豆腐、豚肉、人参、椎茸 玉葱、いんげん、片栗粉 小松菜、じゃこ、生姜 わかめ、ねぎ	牛乳 レモンバターケーキ	E 576/617 P 18. 9/19. 8 F 20. 6/22. 0 食塩 1. 3/1. 5	21 金	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 苺ジャム、ケチャップ、ソース 人参、玉葱、キャベツ じゃが芋、ベーコン、コンソメ	牛乳 とうもろこしのチヂミ	E 449/463 P 15. 1/15. 2 F 15. 3/15. 3 食塩 1. 5/1. 6
6 木	わかめごはん 麻婆茄子 ほうれん草のおかか和え すまし汁	わかめ、豚肉、なす、玉葱、人参 にら、にんにく、生姜、ごま油 鶏がらスープ、ほうれん草 もやし、鰾節、卵、えのき	牛乳(2～5歳) フルーチェ(いちご) 麦茶(0～1歳) ヨーグルト、せんべい	E 480/505 P 20. 0/20. 9 F 14. 6/14. 3 食塩 1. 2/1. 5	22 土	和風ツナスパゲティ すまし汁	スパゲティ、ツナ、しめじ 赤ピーマン、ほうれん草 玉葱、にんにく、のり 豆腐、チンゲン菜	牛乳 ビスケット せんべい	E 397/399 P 16. 1/16. 4 F 11. 1/10. 0 食塩 1. 2/1. 3
7 金	冷やうどん 南瓜の信田煮 バナナ	うどん、トマト、胡瓜、卵 めんつゆ 南瓜、油揚げ、人参 いんげん	牛乳 バタースティックパン	E 449/466 P 15. 4/15. 4 F 9. 8/8. 4 食塩 1. 3/1. 4	23 日				
8 土	冷麦 じゃが芋のそぼろ煮 めんつゆ	冷麦、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 418/427 P 16. 3/16. 5 F 10. 7/9. 5 食塩 1. 1/1. 1	24 月	雑穀米ごはん 鶏肉の甘辛焼き もやしのサラダ みそ汁	のりたま、鶏肉、ねぎ もやし、人参、胡瓜、ごま油 南瓜、玉葱	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 491/521 P 17. 7/18. 3 F 13. 8/13. 5 食塩 1. 0/1. 0
9 日					25 火	ごはん 魚のごまみそ焼き 小松菜ともやしのナムル すまし汁 オレンジ	カラスカレイ、ごま、味噌 小松菜、もやし、人参 ごま油、鶏がらスープの素 にら、卵	牛乳 マーブル蒸しパン	E 439/452 P 18. 2/18. 7 F 10. 3/9. 0 食塩 1. 1/1. 3
10 月	ツナごはん ほうれん草と豚肉の 和風サラダ みそ汁 バナナ	ツナ、豚肉、トマト ほうれん草、生姜、ごま油 じゃが芋、わかめ	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 485/512 P 16. 0/16. 2 F 12. 5/11. 8 食塩 1. 0/1. 2	26 水	チャーハン チーズ入りトマトサラダ オニオンスープ バナナ	焼豚、卵、なると、万葱 チーズ、キャベツ、トマト、胡瓜 玉葱、わかめ、コンソメ	牛乳 ヨーグルトスコーン	E 502/521 P 14. 6/14. 2 F 16. 8/15. 8 食塩 1. 1/1. 3
11 火	山の日				27 木	ふりかけごはん 酢鶏 ひじきとツナのサラダ みそ汁 ヤクルト	海苔おかか、鶏肉、人参、玉葱 ピーマン、黄パプリカ、赤パプリカ ケチャップ、片栗粉、ひじき、ツナ、胡瓜 キャベツ、マヨネーズ、豆腐、ねぎ	牛乳 ぱりぱりカルシウム	E 492/552 P 20. 4/22. 2 F 16. 6/17. 1 食塩 1. 5/1. 7
12 水	サラダうどん 南瓜のそぼろあん オレンジ	うどん、胡瓜、トマト、ツナ マヨネーズ、めんつゆ 南瓜、鶏肉、片栗粉	麦茶 わかめおにぎり	E 436/448 P 14. 2/13. 7 F 10. 6/9. 6 食塩 1. 5/1. 6	28 金	茄子のミートソーススパゲティ フルーツりんごサラダ たまごスープ	スパゲティ、豚肉、なす、人参 玉葱、ピーマン、ケチャップ、ソース キャベツ、胡瓜、レーズン、りんご みかん缶、卵、ねぎ、コンソメ	牛乳 大学芋	E 449/466 P 16. 7/16. 9 F 12. 8/12. 2 食塩 1. 2/1. 5
13 木	カレーライス コーンサラダ すまし汁	豚肉、玉葱、じゃが芋 人参、カールウ コーン缶、キャベツ、胡瓜 麩、わかめ	牛乳 メロンパン	E 506/536 P 15. 1/14. 7 F 18. 0/18. 6 食塩 1. 3/1. 4	29 土	焼肉丼 すまし汁	豚肉、キャベツ、人参、玉葱 チンゲン菜、豆腐	牛乳 ビスケット せんべい	E 444/459 P 15. 1/15. 1 F 12. 6/11. 7 食塩 0. 9/0. 9
14 金	雑穀米ごはん 鮭の塩こうじ焼き キャベツのゆかり和え みそ汁	のりたま、鮭、塩麴 キャベツ、人参、胡瓜 ゆかり さつま芋、玉葱	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3～5歳)	E 433/448 P 19. 1/20. 6 F 9. 9/8. 7 食塩 1. 0/1. 0	30 日				
15 土	冷やうどん さつま芋と豚肉の煮物	うどん、胡瓜、トマト めんつゆ 豚肉、さつま芋	牛乳 ビスケット せんべい	E 442/454 P 14. 5/14. 3 F 10. 6/9. 4 食塩 1. 1/1. 3	31 月	ゆかりごはん 豚肉と豆腐の塩炒め ひじき入りサラダ みそ汁	ゆかり、豚肉、豆腐、万ねぎ ねぎ、レモン、鶏がらスープ ごま油、ひじき、キャベツ、人参 竹輪、コーン缶、南瓜、玉葱	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 495/514 P 18. 3/19. 2 F 18. 5/17. 8 食塩 1. 2/1. 3
16 日					※  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。

【水分補給で熱中症予防を】

熱中症は夏の強い陽ざしの下での激しい運動や作業中だけでなく、室内で起こることもあります。のどの渇きを感じなくても、こまめな水分補給が重要です。
また、食事には汁物や水分の多い野菜・果物を積極的に取り入れるとよいでしょう。

8月 離乳食予定献立表

(令和8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	中期・後期給食 中期・後期午後おやつ	材料	完了期給食 完了期午後おやつ	日 曜	初期給食	中期・後期給食 中期・後期午後おやつ	材料	完了期給食 完了期午後おやつ
1 土				親子丼 すまし汁 麦茶 ビスケット、せんべい	17 月	お粥 じゃが芋煮 玉葱煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と夏野菜のコンソメ煮 すまし汁(春雨) ヨーグルト ビスケット	鶏肉、人参、玉葱、しめじ キャベツ、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、小松菜	夏野菜カレー キャベツの甘酢和え 春雨スープ 牛乳 クラッカー、せんべい
2 日					18 火	お粥 キャベツ煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 魚と野菜の煮物 すまし汁(わかめ、えのき) ヨーグルト 食パン	鮭、キャベツ、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、わかめ、えのき 食パン	発芽玄米ごはん 鮭の味噌マヨネーズ焼き キャベツのごま和え すまし汁 牛乳 きな粉トースト
3 月	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(なす) ヨーグルト ビスケット	鶏肉、トマト、もやし 玉葱、人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、なす	どうもろこしごはん 豚肉の生姜焼き トマトと胡瓜のナムル みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい	19 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(豆腐) ヨーグルト オレンジ	鶏肉、人参、玉葱、しめじ キャベツ、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌、豆腐 オレンジ	スタミナ丼 トマトサラダ みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい
4 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 みそ汁(冬瓜) ヨーグルト 蒸しパン	カラスカレイ、キャベツ 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 冬瓜、オレンジ ホットケーキミックス	雑穀米ごはん 魚のバーベキュー焼き ミモザサラダ みそ汁 オレンジ 牛乳 小豆マドレーヌ	20 木	お粥 さつま芋煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と野菜のコンソメ煮 みそ汁(冬瓜) ヨーグルト ビスケット	鶏肉、さつま芋、南瓜 ブロッコリー、コンソメ 煮干、鰹節、味噌、冬瓜	ふりかけごはん 鶏のマーマレード焼き さつま芋のヨーグルトサラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい
5 水	お粥 豆腐煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と野菜のそぼろあん みそ汁(わかめ、ねぎ) ヨーグルト パンケーキ	豆腐、鶏肉、人参、椎茸 豆腐、いんげん、片栗粉 醤油、砂糖、煮干、鰹節 味噌、わかめ、ねぎ ホットケーキミックス	豆腐の肉野菜あんかけ丼 小松菜のじゃこ和え みそ汁 パナナ 牛乳 レモンバターケーキ	21 金	お粥 じゃが芋煮 キャベツ煮 野菜スープ	パン粥(食パン) ポトフ ヨーグルト どうもろこしのパンケーキ	食パン、ミルク 鶏肉、じゃが芋、人参 玉葱、キャベツ、コンソメ	ロールサンド (ウインナー、ジャム) ポトフ すいか 牛乳 どうもろこしのチヂミ
6 木	お粥 玉葱煮 ほうれん草煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と野菜のそぼろあん すまし汁(えのき) ヨーグルト せんべい	鶏肉、なす、玉葱、人参 ほうれん草、醤油、砂糖 片栗粉、煮干、鰹節、味噌 えのき	わかめごはん 麻婆茄子 ほうれん草のおかか和え みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい	22 土				和風スライスディ すまし汁 牛乳 ビスケット、せんべい
7 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 食パン	うどん、鶏肉、ほうれん草 人参、玉葱、煮干、鰹節 南瓜、砂糖、醤油 バナナ 食パン	冷やしうどん 南瓜の信田煮 バナナ 牛乳 バタースティックパン	23 日				
8 土				冷麦 じゃが芋のそぼろ煮 牛乳 ビスケット、せんべい	24 月	お粥 さつま芋煮 玉葱煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と野菜の煮物 みそ汁(南瓜、玉葱) ヨーグルト ビスケット	鶏肉、ねぎ、もやし、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 南瓜、玉葱	雑穀米ごはん 鶏肉の甘辛焼き もやしのサラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい
9 日					25 火	お粥 人参煮 小松菜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 魚と野菜の煮物 すまし汁(わかめ、えのき) ヨーグルト オレンジ	カラスカレイ、小松菜 人参、もやし、醤油、砂糖 煮干、鰹節、わかめ えのき、オレンジ ホットケーキミックス	雑穀米ごはん 魚のごまみそ焼き 小松菜ともやしのナムル みそ汁 オレンジ 牛乳 マーブル蒸しパン
10 月	お粥 ほうれん草煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏とほうれん草のトマト煮 みそ汁(じゃが芋、わかめ) バナナ ヨーグルト ビスケット	鶏肉、ほうれん草、トマト コンソメ 煮干、鰹節、味噌 じゃが芋、わかめ バナナ	ツナごはん ほうれん草と豚肉の 和風サラダ みそ汁 パナナ 牛乳 ビスケット、せんべい	26 水	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 すまし汁(玉葱、わかめ) バナナ ヨーグルト 蒸しパン	鶏肉、キャベツ、トマト コンソメ 煮干、鰹節、醤油 玉葱、わかめ バナナ ホットケーキミックス	チャーハン チーズ入りトマトサラダ オニオンスープ バナナ 牛乳 ヨーグルトスコーン
11 火	山の日				27 木	お粥 人参煮 玉葱煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と野菜の煮物 みそ汁(豆腐、ねぎ) ヨーグルト せんべい	鶏肉、人参、玉葱 パプリカ、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 豆腐、ねぎ	ふりかけごはん 酢漬 ひじきとツナのサラダ みそ汁 牛乳 ばりばりカルシウム
12 水	お粥 南瓜煮 人参煮 野菜スープ	煮込みうどん 南瓜のそぼろ煮 オレンジ 麦茶 わかめ粥	うどん、人参、ほうれん草 玉葱、煮干、鰹節、醤油 南瓜、鶏肉、醤油、砂糖 オレンジ わかめ	サラダうどん 南瓜のそぼろあん オレンジ 麦茶 わかめおにぎり	28 金	お粥 キャベツ煮 さつま芋煮 野菜スープ	洋風うどん 南瓜の甘煮 ヨーグルト ふかし芋	うどん、鶏肉、玉葱、人参 なす、キャベツ、コンソメ ケチャップ 南瓜、砂糖、醤油 さつまいも	茄子のミートソースパゲティ フルーツフレンチサラダ たまごスープ 牛乳 大学芋
13 木	お粥 じゃが芋煮 玉葱煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 肉じゃが すまし汁(麩、わかめ) ヨーグルト 蒸しパン	鶏肉、じゃが芋、人参 玉葱、醤油、砂糖 煮干、鰹節、醤油 麩、わかめ ホットケーキミックス	カレーライス コーンサラダ すまし汁 牛乳 メロンパン	29 土				焼肉丼 すまし汁 牛乳 ビスケット、せんべい
14 金	お粥 さつま芋煮 キャベツ煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 魚と野菜の煮物 みそ汁(さつま芋、玉葱) ヨーグルト せんべい	鮭、キャベツ、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 さつま芋、玉葱	雑穀米ごはん 鮭の塩こうじ焼き キャベツのゆかり和え みそ汁 牛乳 クラッカー、せんべい	30 日				
15 土				冷やしうどん さつま芋と豚肉の煮物 牛乳 ビスケット、せんべい	31 月	お粥 豆腐煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏と豆腐の煮物 みそ汁(南瓜、玉葱) ヨーグルト ビスケット	鶏肉、豆腐、ねぎ、ひじき キャベツ、人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 南瓜、玉葱	ゆかりごはん 豚肉と豆腐の塩炒め ひじき入りサラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい
16 日					※ 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。