



コロナ禍の風邪の季節！

- 感染症に「負けないために」・・・
- ・こまめな手洗い ・バランスの良い食事
- ・室内の適切な湿度保持 ・人混みを避ける
- 風邪かな？と思ったら・・・
- ・消化の良い食事 ・水分補給
- ・十分な睡眠 ・体を温める

※のどや鼻腔の乾燥は細菌やウイルスの体内侵入がしやすくなるので、こまめな水分補給で粘膜や皮膚の保湿をしましょう。



じょうぶな子、げんきな子

あけましておめでとうございます

保育園も新しい年を迎え子供達の元気な声が響いています。保護者の皆様には、様々な面でご理解ご協力を頂き感謝しております。これからも感染予防に努めながらも、子供たちの成長を促せる経験や楽しい思い出作りを今できる事を最大限に考えながら行ってこうと思います。以前お伝えしておりました、送迎時の持ち物や支度変更も、3学期から実施致します。ご不明な点は職員にお尋ねください。



1月の行事予定

1月	1/3まで 年始・休園	14日(木) 英語教室
	4日(月) 御用始め	18日(月) 3・4・5才児個人面談開始
	園便り・献立表配布	19日(火) 体育指導日
	6日(水) リトミック	20日(水) 絵画教室(2・3才児) 絵本・納入袋配布
	7日(木) 英語教室	21日(木) 絵画教室(4・5才児)
	8日(金) 避難訓練(火事)	22日(金) 身体測定
	11日(月) 成人の日 休園	26日(火) 体育指導日
	12日(火) 体育指導日	28日(木) 誕生会
	13日(水) もちつき会	29日(金) リトミック 園便り・献立表配布



今月の保育目標



- たんぼぼ** ー・寒い冬でも戸外に出て元気に遊ぶ。
・歌や絵本を楽しみ喃語や発語を促す。
- もも** ー・寒い季節を健康的で元気に過ごす。
・友達と関わり合いながら一緒に遊ぶことを楽しむ。
・冬の自然を感じ触れて興味を持つ。
- ちゅうりっぷ** ー・一人ひとりの体調に注意し、手洗いやうがいをして健康に過ごす。
・冬の自然に触れて元気に遊ぶ。
- さくら** ー・正月の伝承遊びや文化を知り、楽しんで過ごす。
・戸外遊びを通して、身体を動かして遊ぶ楽しさや冬の自然を感じる。
- ひまわり** ー・正月遊びに興味を持ち 友達や保育者と一緒に楽しむ。
・冬の自然に触れながら元気に身体を動かして遊ぶ。
- ゆり** ー・正月ならではの遊びを楽しむと共に、言葉や文字への関心を高める。
・友達とのつながりを深め遊びを発展させる楽しさを味わう。

お知らせ

【個人面談について】

下記の日程で個人面談を行います。
●3・4・5才児・・・1月18日(月)～
●0・1・2才児・・・2月8日(月)～
※各クラスから日程表が配布されますので1/6(水)までに提出をお願いします。
後日、各自の面談時間をプリントにてお知らせ致します。

【登降園時のお約束】

- ・2階クラスのお子さんは、自分でリュックを背負ってきましょう。
- ・お子さんから目を離さないようにしましょう。
- ・小さいお子さんは手をつないでください。
- ・園内に入る時は、手指消毒をお忘れなく。
- ・駐車場・駐輪場では、遊ばせないでください。大きな声も近所迷惑になりますのでやめましょう。





たんぽぽ組(0才児)

クリスマス発表会では、たんぽぽ組は初めてのステージでしたが、皆楽しんで参加していました。衣装や登園時間などのご協力ありがとうございました。

12月は日に日に朝の冷え込みが厳しくなりましたが、日中の晴れた日には、積極的に外に出て、散歩や園庭遊びをしました。

散歩ではショベルカー等を見つけて喜んだり、電車が走り過ぎると「ばいばーい」と元気に手を振っていました。園庭ではコンビカーやボール、砂遊びを楽しみ、寒さに負けない子どもたちです。

1月は寒さもいよいよ本番ですが、体調の変化に気を付けて過ごしていきたいです。



さくら組(3才児)

クリスマス発表会では、今回は台詞のない分、動きや表情で表現をしました。自分たちで振り付けを決めた部分もあり、楽しんで練習をすることができたと思います。本番は、最高の出来栄えに感動でした。発表会が終わってからも、自分の役ではない役を演じて劇ごっこをして楽しみました。

登園時間や衣装など、ご協力ありがとうございました。また、お散歩にも行って季節の物に触れたり、園庭で元気に走り回って遊びました。

これから、寒さも厳しくなってくると思いますが、負けずに元気いっぱい過ごしていきたいと思えます。1月は個人面談もありますので、よろしくお願ひします。



もも組(1才児)

クリスマス発表会では、前日まで練習に励み緊張の面持ちで当日を迎えました。ステージの上では可愛いミッキーとミニーのダンス姿を見せてくれて、サンタクロースにも大喜びの子ども達でした。

12月は冷たい北風に負けず毎日元気に外遊びを楽しみました。体を動かすことが好きなもも組は、鉄棒で足抜き回りができる子の姿を見て他の子も挑戦する姿が見られます。

1月も、霜柱や氷等寒さに負けず外遊びをしたいと思えます。

乾燥している季節なので体調管理に気を配りながら元気に過ごしていきたいです。



ひまわり組(4才児)

クリスマス発表会では緊張気味の子ども達でしたが、練習の成果を十分に発揮することができました。本番だけでなくオペレッタで使う木や柿をみんなで作ったり、毎日楽しく練習してきたことも思い出の一つになったことと思えます。登園時間や衣装など、ご協力ありがとうございました。

発表会後は散歩に行き冬に自然に触れたり、戸外で思いきり体を動かして元気いっぱい遊びました。

1月も寒さに負けず外遊びを取り入れて元気に過ごしていきたいと思えます。



ちゅうりっぷ組(2才児)

12月はクリスマス発表会という大きな行事に取り組みました。子ども達が大好きな「はらぺこあおむし」の音楽あそびをやり、練習も楽しみながらできました。練習の後は、園庭で沢山体を動かして遊んだこともあり、メリハリのある日々を過ごすことができました。発表会当日は、衣装を着てやる気満々で参加でき、かわいい姿にたくさんの拍手をもらいました。登園時間や衣装など、ご協力ありがとうございました。

また、ガラガラうがいの練習も始まり少しずつ上手になってきています。これからの成長が楽しみです。

1月も寒さに負けず、体調に気をつけて元気に戸外で冬の自然に触れていきたいと思えます。



ゆり組(5才児)

クリスマス発表会も無事に終わり、子どもたちは達成感を感じることができたようです。当日は緊張しながらも、自信をもって大きな声でセリフを言うことができました。その後の発表会ごっこでも、友達と役を入れ替え、自分の役とは違ったセリフや表現を楽しんだり、友達の反応を喜んだりしながら余韻を味わっています。登園時間や衣装など、ご協力ありがとうございました。

戸外では友達同士のつながりも強くなり、自由な遊びの中にもクラス一丸となってみんなでドロケイを楽しむ姿が見られます。寒い季節になってきますが、体調に気を付けながらのびのびと過ごしていけたらいいなと思っています。

給食だより

朝食を食べる習慣をつけましょう！

時間のない中、いきなりきちんとした朝食を作る習慣を身につけることはとても難しいものです。まずは、牛乳やスープなど飲み物をとる習慣をつけましょう。空腹時は胃が刺激を受けやすいので胃に優しいものを選ぶようにします。だんだん朝食を食べる習慣が身についてきたらヨーグルトやチーズなどの乳製品、おにぎりやパンといったすぐに用意できるものをとるようにします。もしできるようなら、洗うだけ皮をむくだけで食べられる果物や野菜(トマト、バナナ、みかんなど)も準備すると栄養バランスも良くなります。朝食を食べて1日を元気にスタートさせましょう！



1月 給食献立予定表

(令和2年12月25日)
和ほいくえん

E:エネルギー P:蛋白質 F:脂質

日曜	献立	材料	栄養価 未満児 以上児	おやつ	日曜	献立	材料	栄養価 未満児 以上児	おやつ
1 金	 <p style="text-align: center;">年始休園</p>				17 日				
2 土					18 月	ご飯 豚肉の生姜焼き 青菜と豆腐和え みそ汁	豚肉、玉葱、生姜 ほうれん草、豆腐、ごま ごま油 白菜、油揚げ、麩	E 521/559 P 20.0/21.8 F 19.8/20.2 食塩 2.4	牛乳 クラッカー せんべい
3 日					19 火	発芽玄米ご飯 鮭のバター醤油焼き りんごサラダ みそ汁	ごま、鮭、バター キャベツ、人参、りんご、胡瓜 さつまい、ほうれん草	E 463/496 P 19.1/20.1 F 14.0/13.5 食塩 1.8	牛乳 ホットク
4 月	カレーライス フルーツ春雨サラダ わかめスープ	豚肉、人参、玉葱、じゃが芋 カレールウ、春雨、胡瓜 ハム、みかん缶、マヨネーズ わかめ、卵、コンソメ	E 574/635 P 15.5/16.1 F 23.6/25.4 食塩 3.5	麦茶(0・1歳) ヨーグルト・せんべい 牛乳(2〜5歳) プリン	20 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、なると、万能ねぎ 卵、キャベツ、胡瓜、トマト チーズ 玉葱、わかめ、コンソメ	E 491/533 P 16.5/17.3 F 14.5/13.8 食塩 2.3	牛乳 ビスケット せんべい
5 火	雑穀米ご飯 ししゃもの黄金焼き 三色ごま和え みそ汁	ごま、ししゃも、小麦粉 粉チーズ、カレー粉、人参 ほうれん草、もやし、ごま 小松菜、えのき	E 568/580 P 22.7/22.0 F 14.2/13.7 食塩 2.3	牛乳 ビスケット せんべい	21 木	ご飯 鶏のレモン醤油かけ 胡瓜の華風和え みそ汁	鶏肉、レモン、片栗粉 胡瓜、わかめ、もやし コーン、ごま、ごま油 大根、えのき	E 459/481 P 18.7/20.1 F 15.0/14.2 食塩 2.9	牛乳 バナナマフィン
6 水	タコライス すまし汁 バナナ	豚肉、人参、玉葱、トマト にんにく、キャベツ、チーズ ケチャップ、ソース、カレー粉 葱、えのき	E 516/552 P 18.7/20.2 F 17.5/17.4 食塩 2.6	牛乳 クラッカー せんべい	22 金	ツナスパゲティ フルーツヨーグルト たまごスープ	スパゲティ、ピーマン、トマト、ツナ 玉葱、にんにく、トマトジュース ケチャップ、コンソメ、ヨーグルト みかん缶、りんご、葱、卵	E 405/428 P 15.9/16.7 F 12.7/11.8 食塩 2.1	牛乳 スナックスティックパン
7 木	ふりかけご飯 豆腐入り鶏味噌みそ汁 フルーツりんごサラダ みそ汁	本かつお、鶏肉、豆腐、卵 生姜、スキムミルク、葱、パン粉 キャベツ、レーズン、胡瓜、りんご 人参、みかん缶、葱、豆腐	E 458/489 P 16.3/17.1 F 10.0/8.4 食塩 2.5	麦茶 七草粥	23 土	中華丼 すまし汁	豚肉、舞茸、玉葱、人参 白菜、うずらの卵 鶏がらスープの素 豆腐、万能ねぎ	E 401/419 P 14.8/15.3 F 12.4/11.4 食塩 1.3	牛乳 クラッカー せんべい
8 金	焼きそば ブロッコリーの ごま酢和え すまし汁 みかん	中華麺、豚肉、ピーマン、人参 キャベツ、もやし、ソース ブロッコリー、竹輪、ごま ニラ、卵	E 451/483 P 18.8/20.2 F 12.7/11.9 食塩 1.9	牛乳 おしるこ	24 日				
9 土	親子丼 すまし汁	鶏肉、卵、玉葱、葱 しめじ、舞茸 万能ねぎ、豆腐	E 339/424 P 12.8/16.0 F 8.3/10.3 食塩 1.7	牛乳 ビスケット せんべい	25 月	米ぬかふりかけご飯 鶏の香り焼き ひじきサラダ みそ汁	米ぬかふりかけ、鶏肉 玉葱、レモン、パセリ、ひじき ごま、胡瓜、人参、キャベツ コーン缶、豆腐	E 496/481 P 19.3/17.9 F 16.5/16.0 食塩 2.3	麦茶(0・1歳) ヨーグルト・せんべい 牛乳(2〜5歳) いちごゼリー
10 日					26 火	鮭寿司 スパゲティサラダ なめこ汁 バナナ	紅鮭、胡瓜、ごま、のり、卵 サラスパ、ハム、みかん缶 胡瓜、マヨネーズ なめこ、葱、豆腐	E 546/590 P 17.2/18.3 F 16.8/16.9 食塩 1.9	牛乳 ビスケット せんべい
11 月	<p style="text-align: center;">成人の日</p>				27 水	ご飯 餃子 もやしのサラダ 春雨スープ	餃子の皮、豚肉、キャベツ、ニラ、万能ねぎ 生姜、にんにく、鶏がらスープの素 もやし、胡瓜、人参、ごま油 春雨、卵	E 409/430 P 12.9/12.8 F 12.0/11.9 食塩 2.4	牛乳 クラッカー せんべい
12 火	雑穀米ご飯 魚のBBQ焼き 胡瓜とトマトのナムル みそ汁	ごま、カラスカイ、りんご 小麦粉、胡瓜、トマト、ごま油 鶏がらスープの素 小松菜、油揚げ	E 417/438 P 17.0/18.0 F 11.4/10.1 食塩 1.9	牛乳 さつまいきんづば	28 木	ロールサンド (ウィンナー・たまご) クリームシチュー みかん	ロールパン、ウィンナー、ケチャップ ソース、卵、マヨネーズ、豚肉 玉葱、人参、じゃが芋、コーン シチュールウ、牛乳	E 619/676 P 20.4/21.8 F 22.7/25.0 食塩 1.8	牛乳 焼いも
13 水	煮込みうどん もち(きな粉、あんこ のりかつお)	うどん、しめじ、舞茸、葱 ほうれん草、油揚げ、ナルト もち米、きなこ、あんこ のり、鰹節	E 468/584 P 15.0/18.9 F 5.7/7.1 食塩 2.1	牛乳 クラッカー せんべい	29 金	五目うどん さつまいの甘煮 バナナ	うどん、豚肉、人参、牛蒡 葱、ほうれん草、ナルト、卵 さつまい	E 510/555 P 18.2/19.4 F 13.1/12.3 食塩 3.2	牛乳 いちごチーズサンド
14 木	わかめご飯 鶏の唐揚げ ブチマト・ブロッコリー みそ汁	わかめ、鶏肉、にんにく 生姜、片栗粉、小麦粉 ブチマト、ブロッコリー、マヨネーズ 南瓜、玉葱	E 527/594 P 20.2/22.2 F 21.0/24.7 食塩 2.3	牛乳 ビスケット せんべい	30 土	カレーライス すまし汁	豚肉、人参、じゃが芋、玉葱 カレールウ えのき、わかめ	E 415/519 P 10.9/13.6 F 13.5/16.9 食塩 3.1	牛乳 ビスケット せんべい
15 金	ロールパン(チーズ) マカロニグラタン フレンチサラダ トマトスープ バナナ	ロールパン、チーズ、マカロニ 玉葱、しめじ、鶏肉、小麦粉 バター、牛乳、パン粉、キャベツ 胡瓜、トマト、ハム、玉葱、卵、片栗粉	E 589/645 P 20.8/22.8 F 22.1/23.5 食塩 2.3	麦茶 鮭おにぎり	31 日				
16 土	焼肉丼 すまし汁	豚肉、生姜、キャベツ 玉葱 チンゲン菜、豆腐	E 377/471 P 13.8/17.3 F 11.9/11.8 食塩 1.6	牛乳 クラッカー せんべい	<p>※ は新メニューです。</p>				

※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。
※栄養価表示について、未満児0〜2歳児、以上児3〜5歳児を表しています。また食塩の数値は以上児のものです。

【 鏡開き 】

年神様がいらっしゃる間は鏡餅を飾っておき、松の内が明けたら今度は年神様を送るためにお餅をいただきます。雑煮やお汁粉など色々な楽しみ方で味わってみてください。保育園ではお餅のかわりに、全年齢が食べることのできるさつまいもを入れたお汁粉を提供します。

1月 離乳食 献立表

令和2年12月25日
和ほいくえん

日 曜	初期		中期 後期	離乳食・材料	完了期	日 曜	初期		中期 後期	離乳食・材料	完了期			
			午後おやつ		午後おやつ				午後おやつ		午後おやつ			
1 金	 <p style="text-align: center; color: red; font-weight: bold;">年始休園</p>					17 日								
2 土						18 月	お粥 豆腐煮 ほうれん草煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 肉じゃが わかめスープ ヨーグルト・ビスケット	鶏肉、じゃが芋、人参 玉葱、醤油、砂糖 わかめ、コンソメ	カレーライス フルーツ春雨サラダ わかめスープ 麦茶 ヨーグルト・せんべい	お粥 豆腐煮 ほうれん草煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 青菜と豆腐の煮物 みそ汁(白菜、麩) ヨーグルト・せんべい	豆腐、ほうれん草、醤油 砂糖、片栗粉 煮干、鰹節、味噌 白菜、麩	ご飯 みそ汁 生姜焼き 青菜と豆腐和え 牛乳 クラッカー・せんべい
3 日						19 火	お粥 人参煮 キャベツ煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 魚と野菜の煮物 みそ汁(小松菜、えのき) ヨーグルト・せんべい	カラスカレイ、醤油、砂糖 ほうれん草、人参 煮干、鰹節、味噌 味噌、小松菜、えのき	雑穀米ご飯 みそ汁 ししゃもの黄金焼き 三色ごま和え 牛乳 ビスケット・せんべい	お粥 人参煮 キャベツ煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鮭と野菜の煮物 みそ汁(さつま芋、ほうれん草) ヨーグルト・ビスケット	鮭、キャベツ、人参 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 さつま芋、ほうれん草	発芽玄米ご飯 みそ汁 鮭のバター醤油焼き りんごサラダ 牛乳 ホック
4 月	20 水	お粥 じゃが芋煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 肉じゃが わかめスープ ヨーグルト・ビスケット	鶏肉、じゃが芋、人参 玉葱、醤油、砂糖 わかめ、コンソメ	カレーライス フルーツ春雨サラダ わかめスープ 麦茶 ヨーグルト・せんべい	お粥 キャベツ煮 さつま芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉のトマト煮 オニオンスープ ヨーグルト・せんべい	鶏肉、キャベツ、トマト コンソメ、玉葱、わかめ	チャーハン チーズ入りトマトサラダ オニオンスープ パナナ 牛乳 ビスケット・せんべい					
5 火	21 木	お粥 大根煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 魚と野菜の煮物 みそ汁(小松菜、えのき) ヨーグルト・せんべい	カラスカレイ、醤油、砂糖 ほうれん草、人参 煮干、鰹節、味噌 味噌、小松菜、えのき	雑穀米ご飯 みそ汁 ししゃもの黄金焼き 三色ごま和え 牛乳 ビスケット・せんべい	お粥 大根煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉の煮物 みそ汁(大根、えのき) ヨーグルト・バナナ	鶏肉、わかめ、もやし 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 大根、えのき	ご飯 みそ汁 鶏のレモン醤油かけ 胡瓜の華風和え 牛乳 パナナマフィン					
6 水	22 金	お粥 キャベツ煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉のトマト煮 すまし汁(葱、えのき) パナナ 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、醤油 葱、えのき	タコライス すまし汁 バナナ 牛乳 クラッカー・せんべい	お粥 ほうれん草煮 人参煮 野菜スープ	お粥 煮込みうどん フルーツヨーグルト ヨーグルト・食パン	うどん、ほうれん草 人参、鶏肉、煮干、鰹節 醤油、ヨーグルト、りんご みかん	ツナスパゲティ フルーツヨーグルト たまごスープ 牛乳 スナックスティックパン					
7 木	23 土	お粥 豆腐煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 豆腐のそぼろ煮 みそ汁(葱、豆腐) 麦茶 七草粥	豆腐、キャベツ、人参 鶏肉、片栗粉、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 葱、豆腐	ふりかけご飯 みそ汁 豆腐入り鶏味噌つみれ フルーツフレッシュサラダ 麦茶 七草粥	お粥 豆腐煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉の煮物 ひじき和え物 みそ汁(キャベツ、豆腐) ヨーグルト・せんべい	鶏肉、砂糖、醤油 人参、キャベツ、ひじき 煮干、鰹節、味噌 キャベツ、豆腐	米めかふりかけご飯 みそ汁 鶏の香り焼き ひじきサラダ 麦茶 ヨーグルト・せんべい					
8 金	24 日	お粥 ブロッコリー煮 人参煮 野菜スープ	煮込みうどん ブロッコリーの煮物 みかん ヨーグルト・ふかし芋	うどん、キャベツ、人参 ほうれん草、煮干、鰹節 醤油、ブロッコリー、鶏肉 醤油、砂糖	焼きそば ブロッコリーのごま酢和え すまし汁 みかん 牛乳 おしるこ	お粥 ブロッコリー煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉の煮物 ひじき和え物 みそ汁(キャベツ、豆腐) ヨーグルト・せんべい	鶏肉、砂糖、醤油 人参、キャベツ、ひじき 煮干、鰹節、味噌 キャベツ、豆腐	中華丼 すまし汁 牛乳 クラッカー・せんべい					
9 土	25 月						25 月	お粥 キャベツ煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉の煮物 ひじき和え物 みそ汁(キャベツ、豆腐) ヨーグルト・せんべい	鶏肉、砂糖、醤油 人参、キャベツ、ひじき 煮干、鰹節、味噌 キャベツ、豆腐	米めかふりかけご飯 みそ汁 鶏の香り焼き ひじきサラダ 麦茶 ヨーグルト・せんべい			
10 日	26 火						26 火	お粥 豆腐煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鮭のそぼろ煮 みそ汁(小松菜、えのき) ヨーグルト・ふかし芋	カラスカレイ、トマト コンソメ 煮干、鰹節、味噌、小松菜	お粥 豆腐煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鮭のそぼろ煮 みそ汁(小松菜、えのき) ヨーグルト・せんべい	鶏肉、砂糖、醤油 人参、キャベツ、ひじき 煮干、鰹節、味噌 キャベツ、豆腐	鮭寿司 スパゲティサラダ なめこ汁 パナナ 牛乳 ビスケット・せんべい
11 月	27 水	<p style="text-align: center; color: red; font-weight: bold;">成人の日</p>					27 水	お粥 キャベツ煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 野菜のそぼろあんかけ煮 春雨スープ(春雨) ヨーグルト・せんべい	鶏肉、キャベツ、人参 もやし、醤油、砂糖 片栗粉 煮干、鰹節、醤油、春雨	ご飯 春雨スープ 餃子 もやしのサラダ 牛乳 クラッカー・せんべい			
12 火	28 木						28 木	お粥 ほうれん草煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 魚のトマト煮 みそ汁(小松菜) ヨーグルト・ふかし芋	カラスカレイ、トマト コンソメ 煮干、鰹節、味噌、小松菜	お粥 じゃが芋煮 人参煮 野菜スープ	パン粥(食パン) ポトフ みかん ヨーグルト・焼き芋	食パン、ミルク、鶏肉 じゃが芋、人参、玉葱 コンソメ	ロールサンド (ウインナー・たまご) クリームシチュー みかん 牛乳 焼き芋
13 水	29 金	29 金	お粥 ほうれん草煮 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・せんべい	うどん、鶏肉、しめじ、舞茸 ほうれん草、煮干、鰹節 葱、醤油、さつま芋、砂糖	お粥 ほうれん草煮 さつま芋煮 野菜スープ	煮込みうどん さつま芋の甘煮 バナナ ヨーグルト・食パン	うどん、鶏肉、人参、葱 ほうれん草、煮干、鰹節 醤油、砂糖、さつま芋	五目うどん さつま芋の甘煮 バナナ 牛乳 いちごチーズサンド					
14 木	30 土	30 土	お粥 ブロッコリー煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉の煮物 みそ汁(南瓜、玉葱) ヨーグルト・ビスケット	鶏肉、ブロッコリー、トマト 醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 南瓜、玉葱	お粥 ブロッコリー煮 人参煮 野菜スープ	パン粥(食パン) 鶏肉のクリーム煮 トマトスープ(トマト、玉葱) 麦茶 鮭粥	食パン、鶏肉、玉葱 しめじ、スキムミルク、コンソメ 煮干、鰹節、醤油 トマト、玉葱、片栗粉	ロールパン(チーズ) トマトスープ マカロニグラタン フレッシュサラダ パナナ 麦茶 鮭おにぎり	カレーライス すまし汁 牛乳 ビスケット・せんべい				
15 金	31 日	31 日	お粥 キャベツ煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉のクリーム煮 トマトスープ(トマト、玉葱) 麦茶 鮭粥	食パン、鶏肉、玉葱 しめじ、スキムミルク、コンソメ 煮干、鰹節、醤油 トマト、玉葱、片栗粉	お粥 キャベツ煮 人参煮 野菜スープ	パン粥(食パン) 鶏肉のクリーム煮 トマトスープ(トマト、玉葱) 麦茶 鮭粥	食パン、鶏肉、玉葱 しめじ、スキムミルク、コンソメ 煮干、鰹節、醤油 トマト、玉葱、片栗粉	ロールパン(チーズ) トマトスープ マカロニグラタン フレッシュサラダ パナナ 麦茶 鮭おにぎり	カレーライス すまし汁 牛乳 ビスケット・せんべい				
16 土						20 日	<p>※ は新メニューです。</p>							

※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。
※アレルギー食は除去または代替えで対応しています。
※離乳食の塩分は0.5gを目安にしています。