



じょうぶな子、げんきな子

7月は夏まつりや七夕や水遊びなど、子ども達が楽しみにしている夏の行事が盛りだくさんです！子ども達が暑さに負けず元気に過ごせるよう、『早寝・早起き・朝ごはん』を心掛け、ご家庭と保育園と共にお子様の体調に気を付けていきたいと思ひます。また、今年も台風の発生が多いと報道されている中、先日の台風6号接近に伴い休園となりました。朝から急な対応のご協力をいただきありがとうございました。今後も台風対策をしっかりとしていきたいと思ひます。



【おねがい】

朝、登園する前に...

- 爪が伸びていないか、こまめにチェックしましょう。
- 前髪は目にかかっていませんか？髪の長いお子様はお家でしっかり結んできてください。
- 皮膚に乾燥が見られる場合は、しっかりと自宅で保湿をしてきましょう。
- オムツが濡れていないか確認してからお預けください。
- 体調不良や食欲不振など、何か変わった様子が見られる場合には、必ずノートや口頭で職員にお知らせください。

7月の行事予定

7月

3日（金）夏まつり

※保護者の参加はありません

7日（火）七夕集会

9日（木）英語教室

14日（火）体育指導日

16日（木）絵画教室（2・3才児）

あおぞらさん訪問（5才児）

17日（金）身体測定 絵本配布

20日（月）海の日 休園

21日（火）体育指導日

22日（水）4才児ひまわり組 フツ化物洗口開始

24日（金）誕生会

27日（月）避難訓練（台風）

29日（水）リトミック

30日（木）絵画教室（4・5才児）

31日（金）園便り・献立表配信



今月の保育目標



- たんぽぽ** — ゆったりとした環境の中で睡眠や休息を十分にとり、暑い夏を快適に過ごす。
・沐浴や水遊びを通して、水の感触を味わったりさっぱりする心地良さを感じる。
- もも** — 水に触れて、保育士や友達と夏の遊びを十分に楽しむ。
・水分、休息を十分にとり、暑い夏を快適に過ごす。
- ちゅうりっぷ** — 健康に注意し、夏ならではの遊びを楽しみ元気に過ごす。
・保育者に手伝ってもらいながら、水着の着替えなど水遊びの準備を自分でしようとする。
- さくら** — 生活や遊びの中で、自分の思いを言葉で伝える。
・夏の遊びに興味を持ち、友だちと一緒に楽しむ。
- ひまわり** — 自分の思いや考えを伝え合いながら友だちとの関わりを楽しむ。
・夏ならではの遊びや行事に、興味や関心を持ち楽しむ。
- ゆり** — 水の感触や気持ち良さを感じ、夏ならではの遊びを楽しむ。
・行事に積極的に参加し友達と一緒に過ごす楽しさを感じる。
・相手の話を最後まで聞き、自ら考えて行動する。

お知らせとお願い

- 7月の保育利用について、記入いただいている予定が変更になった場合、口頭かノートでお知らせください。
- カビの繁殖しやすい季節です。水筒・エプロン・お箸入りの3点セットなどは時々漂白剤につけるなど、衛生面にお気をつけください。
- 汗をかやすい時期なので、着替えは十分に用意し、持ち帰りのビニール袋も忘れずにお持ち帰りください。
- 7/3(金)の『夏まつり』の様子は、後日写真販売を行います。



和（なごみ）通信 7月



たんぽぽ組(0才児)

新しいお友達も少しずつ園生活に慣れてきて泣かずに過ごせるようになってきました。興味を持った物やお気に入りの玩具で集中して遊んでいる子どもたち。徐々に友達にも関心を向けるようになり、お友達が遊んでいるところへ行っては「何してるの?」「一緒にあそぼっ!」と言っているかのように顔をのぞき込んだり、同じ玩具で遊び始める姿は見えてとても微笑ましいです。毎日の生活や遊びを通して人と関わる楽しさが感じられるように保育者が仲立ちしていきたいと思います。7月は水遊びや沐浴を行いながら楽しく元気に過ごしていきたいと思います。



さくら組(3才児)

梅雨もあと少しで明け、本格的な夏がやってきます。プール遊びが始まり、プールに入るのを楽しみにしている子どもたち。初めての大きなプールにドキドキしながら水の中で足をのぼしてみたり、顔を水につけてみたりと気持ちよさそうです。水着への着替えも「自分で!」と頑張っています。

また、今月の夏まつりにむけて盆踊りや山車を引く練習をしています。子どもたちの好きな絵本「カメレオンのかきごおりやさん」をもとに絵の具でカメレオンの製作をして山車を飾りました。カラフルなカメレオンたちとともに夏の行事を思いきり楽しんで行きたいと思います!



もも組(1才児)

本格的な梅雨の季節。梅雨のどんよりした雲を吹き飛ばすほど、子供たちは毎日元気いっぱいです。6月から始まった水遊びも大好きな様子で、楽しく遊んでいます。タライに水をはり、牛乳パックやコップなどを使って遊んでいますが、7月は色水なども楽しんでみようと思います。遊んだ後は水分補給。そして、しっかり食べてしっかり眠って休息タイム。みんな可愛い寝顔で癒されます。7月は夏まつり・七夕集会等の行事もあり、梅雨があげると夏本番。子供たちの体調管理に気を付けながら、元気に過ごしていけるようにしたいと思います。



ひまわり組(4才児)

日に日に暑さが増す中、ひまわり組では氷鬼が大ブームです!!強い日差しの中でも園庭を走り回り、梅雨を吹き飛ばす勢いで思い切り遊んでいます。私たち担任も子どもたちに負けずに元気に走り回っています!

6月からプールが始まり、「早くプールに入りたい!!」という声がたくさん聞こえてきます。最初は水にドキドキするお友達もいましたが、少しずつ慣れてきて今では楽しく遊んでいます。この時期に色々な水の感触遊びを考えています。厳しい暑さが続きますが、引き続きこまめな水分補給や休息をとりながら元気に過ごしていきたいと思います。



ちゅうりっぷ組(2才児)

7月に入りこれからどんどん暑くなっていき、水遊びが気持ち良い季節になります。「今日は水遊びをするよ!」と伝えと、大喜びで水着に着替え始める子ども達。6月の間も何回か行うことが出来ましたが、7月も天気の良い日は水遊びをして、冷たい水の心地良さや面白さを感じられるようにしていきたいです。夏に流行しやすい感染症や熱中症対策など、子ども達の健康管理・安全対策には十分気を付けていきたいと思います。室内では椅子取りゲームをやりました!ルールを理解し、座れないと泣き出してしまいう子もいましたが、保育士と一緒に応援団を頑張ってくれました☆これからも少しずつ、簡単なルールのある遊びも楽しみたいと思います。



ゆり組(5才児)

七夕、プール遊び、夏祭りなど、さまざまな夏の行事を控え、子ども達は何だかワクワク、ソワソワしている様子です。先日、園長先生と一緒にテラスで野菜の苗を植えました。(ミニトマト、ピーマン、ナス、パプリカ)お当番さんが毎朝水やりをしています。「大きな〜れ!」と言いながらやっている姿をほほえましく見守っています。花が咲いていることに気が付いたりしながら、成長するのを観察して、収穫するのが今から楽しみです。今年はプール開きが早く、6月も数回入る事ができました。「冷たい!楽しい!」という声がたくさん聞こえました。これから暑くなるのでたくさんプールに入ったり、夏ならではの遊びを楽しみたいと思います。



梅雨が明けると夏も本番となります。この時期は、急に暑くなるために食欲が低下して水分ばかりをとりがちです。暑さ対策をしっかり行い暑い夏を乗り切りましょう。
また、園では水遊びが始まっています。体力の消耗が激しい運動ですから、十分に睡眠をとって朝食はしっかり食べるようにしましょう。



七夕の行事食

7月7日は七夕です。色とりどりの短冊に願い事を書いて笹に結びつける、子供たちにとって楽しい行事の一つだと思います。
給食でも行事食を提供し子供たちに食でも七夕を楽しんでもらえたらと考えています。



夏のトマト



「トマトが赤くなると医者が青くなる」と言われるほど6～9月のトマトには栄養がたくさん含まれています。ビタミンAとCが豊富なうえ、トマト特有のリコピンは強い抗酸化作用があり体を病気から守ってくれます。また、うま味成分のグルタミン酸を含んでいるので、肉や魚と合わせると甘みや美味しさが増します。今月はトマトを使った新メニューもあります。お楽しみに！

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)

和ほいくえん
新松戸なのはなルーム

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 水	麻婆豆腐丼 小松菜とハムのドレッシング和え すまし汁	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 おふのカレースナック	E 379/367 P 16. 7/17. 1 F 18. 8/18. 4 食塩 1. 4/1. 6	17 金	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、苺ジャム、ベーコン じゃが芋、人参、玉葱、キャベツ コンソメ	牛乳 パンケーキ	E 454/472 P 15. 2/15. 6 F 18. 3/18. 0 食塩 1. 4/1. 8
2 木	ごはん やみつきちキン フルーツフレンチサラダ みそ汁	鶏肉、にんにく、パセリ 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 バタースティックパン	E 552/603 P 20. 0/21. 5 F 19. 0/19. 5 食塩 1. 4/1. 7	18 土	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	麦茶 ビスケット せんべい	E 424/423 P 14. 6/14. 2 F 14. 0/12. 2 食塩 1. 1/1. 3
3 金	焼きそば チーズのワンタン揚げ すまし汁 オレンジ	中華麺、豚肉、キャベツ、人参 もやし、ピーマン、ソース チーズ、ワンタンの皮 にら、卵	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 468/490 P 19. 8/21. 1 F 19. 7/19. 9 食塩 1. 4/1. 7	19 日				
4 土	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	麦茶 クラッカー せんべい	E 478/490 P 19. 5/20. 4 F 16. 4/15. 3 食塩 1. 3/1. 4	20 月	海の日			
5 日					21 火	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、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 516/560 P 14. 3/14. 2 F 19. 1/19. 7 食塩 1. 0/1. 1
6 月	親子そぼろ丼 ひじきサラダ みそ汁 オレンジ	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 468/499 P 16. 8/17. 7 F 12. 4/11. 1 食塩 1. 3/1. 6	22 水	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 510/538 P 20. 4/21. 9 F 17. 7/17. 3 食塩 1. 7/2. 0
7 火	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、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 458/483 P 14. 8/15. 1 F 12. 0/10. 0 食塩 1. 5/1. 7	23 木	雑穀米ごはん 煮魚 ひじき入りサラダ みそ汁	ごま、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 473/486 P 21. 2/22. 4 F 13. 1/11. 2 食塩 1. 5/1. 8
8 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	ごま、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、わかめ	牛乳 クラッカー せんべい 小魚(3～5歳)	E 511/532 P 22. 2/24. 2 F 17. 1/16. 2 食塩 1. 3/1. 5	24 金	冷やしきつね 南瓜の甘煮 バナナ	うどん、トマト、胡瓜、油揚げ 卵、めんつゆ、南瓜	麦茶 ごんじゅうおにぎり	E 369/377 P 13. 2/12. 8 F 9. 6/7. 7 食塩 1. 1/1. 4
9 木	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、ほうれん草 トマト、生姜、ごま油 さつま芋、玉葱	牛乳 ヨーグルトパン	E 492/532 P 16. 5/17. 1 F 13. 2/12. 2 食塩 1. 2/1. 4	25 土	カレーライス すまし汁	豚肉、じゃが芋、人参、玉葱 カレールー、青梗菜、豆腐	麦茶 クラッカー せんべい	E 407/416 P 11. 4/10. 9 F 12. 3/10. 4 食塩 1. 2/1. 5
10 金	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 464/484 P 16. 8/17. 7 F 21. 6/22. 3 食塩 1. 3/1. 5	26 日				
11 土	親子丼 すまし汁	鶏肉、卵、ねぎ、玉葱、舞茸 しめじ、万ねぎ、豆腐	麦茶 ビスケット せんべい	E 381/370 P 13. 4/13. 0 F 9. 6/6. 8 食塩 1. 2/1. 3	27 月	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 558/594 P 22. 1/23. 9 F 23. 6/24. 0 食塩 1. 4/1. 6
12 日					28 火	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	ごま、鮭、パン粉、粉チーズ マヨネーズ、南瓜、玉葱、胡瓜 ベーコン、なす、油揚げ	牛乳 レーズン蒸しパン	E 472/509 P 21. 0/22. 9 F 19. 5/17. 3 食塩 0. 9/1. 1
13 月	ごはん 筑前煮 胡瓜とトマトのナムル みそ汁	鶏肉、人参、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) 南瓜ババロア 麦茶(0～1歳) ヨーグルト、せんべい	E 448/476 P 16. 7/17. 6 F 11. 5/10. 1 食塩 1. 0/1. 3	29 水	ごはん 豚肉のつけ焼き トマトサラダ みそ汁	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 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 536/574 P 21. 7/23. 8 F 20. 2/20. 5 食塩 1. 3/1. 4
14 火	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	ごま、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 小松菜チーズ蒸しパン	E 540/578 P 24. 1/24. 1 F 17. 2/16. 4 食塩 1. 3/1. 5	30 木	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、カレールー キャベツ、人参 わかめ、卵、コンソメ	牛乳 ぶどうパン	E 471/479 P 17. 9/18. 4 F 17. 9/17. 3 食塩 1. 2/1. 3
15 水	ごはん ハンバーグトマトソース コーンサラダ みそ汁	豚肉、鶏肉、玉葱、パン粉、牛乳 卵、にんにく、トマト、ケチャップ トマトソース、コンソメ、キャベツ 胡瓜、コーン缶、わかめ、豆腐	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 554/581 P 21. 4/22. 9 F 18. 2/17. 4 食塩 1. 3/1. 5	31 金	ジャージャーうどん キャベツのごま和え すまし汁 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、小松菜	牛乳 ビスケット せんべい 小魚(3～5歳)	E 410/427 P 19. 2/20. 4 F 15. 9/15. 7 食塩 1. 4/1. 7
16 木	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(2～5歳) ぶどうゼリー 麦茶(0～1歳) ヨーグルト、せんべい	E 463/497 P 20. 6/22. 0 F 15. 7/15. 5 食塩 1. 5/1. 6	※	※ 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。

【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)
和はいくえん
新松戸なのはなルーム

日 曜	初期給食	中期・後期給食	材料	完了期給食	日 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 水	お粥 小松菜煮 豆腐煮 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 せんべい	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	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 おふのかレースナック	17 金	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 ヨーグルト 蒸しパン	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 ホットケーキミックス	ロールサンド (ウインナー、苺ジャム) ポトフ バナナ 牛乳 バインケーキ
2 木	お粥 人参煮 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(玉葱、しめじ) 煮りんご 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 食パン	ごはん やみつきちキン フルーツフレンチサラダ みそ汁 牛乳 バタースティックパン	18 土				焼肉丼 すまし汁 麦茶 ビスケット、せんべい
3 金	お粥 人参煮 キャベツ煮 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 ビスケット	うどん、鶏肉、もやし キャベツ、人参、醤油 鰹節、煮干 さつま芋、砂糖	焼きそば チーズのワンタン揚げ すまし汁 バナナ 牛乳 ビスケット、せんべい	19 日				
4 土				和風スパゲティ じゃがいものそぼろ煮 麦茶 クラッカー、せんべい	20 月				
5 日					21 火	お粥 小松菜煮 南瓜煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜の煮物 オニオンスープ オレンジ ヨーグルト ビスケット	鶏肉、キャベツ、トマト 醤油、砂糖 わかめ、玉葱、コンソメ 食パン	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 ココアちんすこう
6 月	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(とうふ、豆腐) オレンジ 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	親子そぼろ丼 ひじきサラダ みそ汁 オレンジ 麦茶 ヨーグルト、せんべい	22 水	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(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	焼き鳥丼 三色ごま和え みそ汁 牛乳 しらすチーズトースト
7 火	お粥 小松菜煮 人参煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜のコンソメ煮 すまし汁(おくら、そうめん) ヨーグルト 食パン	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 食パン	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	23 木	お粥 キャベツ煮 南瓜煮 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) 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 食パン	雑穀米ごはん 煮魚 ひじき入りサラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい
8 水	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) 煮りんご 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	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	24 金	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 麦茶 おかか粥	うどん、鶏肉、トマト ほうれん草、人参、煮干 鰹節、醤油、南瓜、砂糖 米、鰹節	冷やしきつね 南瓜の甘煮 バナナ 麦茶 ごんじゅうおにぎり
9 木	お粥 ほうれん草煮 さつま芋煮 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) バナナ ヨーグルト ヨーグルト蒸しパン	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 みそ汁 バナナ 牛乳 ヨーグルトパン	25 土				カレーライス すまし汁 麦茶 クラッカー、せんべい
10 金	お粥 玉葱煮 人参煮 野菜スープ	洋風煮込みうどん さつま芋の甘煮 ヨーグルト きな粉蒸しパン	うどん、キャベツ、人参 玉葱、ピーマン、茄子 鶏肉、コンソメ さつま芋、醤油、砂糖 きな粉、ホットケーキミックス	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 牛乳 きなこマドレーヌ	26 日				
11 土				親子丼 すまし汁 麦茶 ビスケット、せんべい	27 月	お粥 人参煮 小松菜煮 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	鶏肉、豆腐、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
12 日	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(とうふ、豆腐) ヨーグルト せんべい	鶏肉、玉葱、 キャベツ、コ 煮干、鰹節、 わかめ、豆腐	ごはん ハンバーグマトソース コーンサラダ みそ汁 牛乳 ふどうパン	28 火	お粥 南瓜煮 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(なす) オレンジ ヨーグルト 蒸しパン	鮭、南瓜、玉葱、コンソメ 煮干、鰹節、味噌 なす ホットケーキミックス	雑穀米ごはん 魚のハン粉焼き 南瓜サラダ みそ汁 オレンジ 牛乳 レーズン蒸しパン
13 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(小松菜、えのき) ヨーグルト せんべい	鶏肉、人参、筍 トマト、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 小松菜、えのき	ごはん 筑前煮 胡瓜とトマトのナムル みそ汁 麦茶 ヨーグルト、せんべい	29 水	お粥 キャベツ煮 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) ヨーグルト ビスケット	鶏肉、キャベツ、玉葱 人参、醤油、砂糖 煮干、鰹節、味噌 わかめ、じゃが芋 食パン	ごはん 豚肉のつけ焼き トマトサラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい
14 火	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) 煮りんご ヨーグルト 小松菜蒸しパン	鮭、さつま芋、人参 コンソメ、煮干、鰹節、味噌 玉葱、しめじ、りんご 煮りんご	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 牛乳 小松菜チーズ蒸しパン	30 木	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 食パン	鶏肉、人参、玉葱、ピーマン 小煮大豆、キャベツ、醤油 砂糖、片栗粉 わかめ、コンソメ 食パン	大豆キーマカレー 二色キャベツ わかめスープ 牛乳 ふどうパン
15 水	お粥 玉葱煮 じゃが芋煮 野菜スープ	お粥(軟飯) 鶏肉と野菜のトマト煮 みそ汁(わかめ、じゃがいも) ヨーグルト ビスケット	鶏肉、玉葱、トマト キャベツ、コンソメ 煮干、鰹節、味噌 わかめ、豆腐	ごはん ハンバーグマトソース コーンサラダ みそ汁 牛乳 ビスケット、せんべい	31 金	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、鶏肉、玉葱 キャベツ、味噌、醤油 鰹節、煮干、南瓜、砂糖	ジャージャーうどん キャベツのごま和え すまし汁 バナナ 牛乳 ビスケット、せんべい
16 木	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	ごはん 鶏肉のみそ焼き 小松菜のじゃこ和え すまし汁 牛乳 ヨーグルト、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。