

保護者各位



## 9月 園だより



令和6年9月1日

金沢愛児園

今年の夏はいちだんと暑さが厳しく、気温や湿度の高い日が続きました。プールや水遊びが出来た日は、開放感を味わいながら、思いきり楽しんでいました。そのほかにも、各クラスで遊びを工夫して氷や泡あそび、洗濯あそびやスライム、幼児クラスはかき氷を食べたりして夏を楽しみました。

これからの季節、様々な行事があります。子どもたちひとり一人が楽しみながら自分の力を発揮できるような活動にしていきたいと思います。

夏の疲れが出る頃です。お子さまの体調に変化があったり、いつもと様子が違うと感じた時には、お声かけ下さい。

### ★9月の行事予定★



♪ 2日(月) 防災・引き取り訓練 園児は地震・火災の設定で避難訓練を行います。

※保護者の皆様には引き取り訓練のご協力をお願いします。

16:00 のマチコミメールを確認してから、勤務先又は自宅からお迎えに来てください。

メール受信の有無と引き渡しカードの確認・サインをいただきます。

♪ 11日(水) 誕生会

♪ 14日(土) 布団乾燥 シーツの変色が心配な方は、週明けの月曜日にかけて下さい。

今月の体操教室  
**5. 19日(木)**



#### \* 地域交流 \*

・9日(月)、13日(金)、30日(月)

「外遊びキャンペーン」 園庭開放

・13日(金) 園庭開放 (シーエンジェル)

・18日(水) あそぼう会(保育体験 0, 1, 2才児)

#### ◎運動会

すみれ組以上の参加になります。

各クラス様々な運動遊びを通して、個々が発揮でき、子どもたちが笑顔いっぱいを取り組んでいる姿をお見せできればと考えています。残暑が厳しいですが、体調に気をつけながら、活動を行っていきます。



◎8月26日(月)に「連絡帳・出欠席連絡の変更点と同意書提出のお願い」を配布いたしました。同意書にご記入の上、13日(金)までにご提出をお願いいたします。なお、詳細につきましては後日お知らせいたします。

#### \*お知らせ\*

○8月末にてプールは終了となりますが、乳児・幼児クラスとも引き続き検温と○×の印の記入をお願いします。

○9月5日(木)～19日(木)洗足こども短期大学より実習生が入ります。

○9月12日(木)、13日(金)松本玲奈保育士が同法人桜山保育園に施設間交流で研修に行きます。桜山から三好優子保育士が研修にきます。

○牛坂佐知 派遣保育士が8月末にて契約終了となりました。





### 【つぼみ組】

- 夏の疲れに留意し、一人ひとりに合わせた生活リズムの中、健康で快適に過ごす
- 生活や遊びの中で保育士と触れ合うことを楽しむ

残暑を快適に過ごせるよう保育していきます。暑い日はシャワーを浴びて、気持ちよさを感じられるようにし、食事や睡眠は一人ひとりに合わせて調節していきます。朝の歌をはじめ毎日触れ合っている歌のフレーズを発したり、手遊びを真似る姿があります。優しく楽しい雰囲気保育をし、興味が広がるような関りをしていきたいと思います。

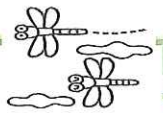


### 【すみれ組】



- 戸外で自然に触れながら遊ぶ
  - 言葉で伝えようとし、伝わる喜びを味わう
- まだまだ暑い日は続きますが、気候の良い日には戸外に出て図鑑や絵本で見つけた植物や虫を探しに行こうかと思っています。
- また、「いっしょに あそぼ」「いいよ」など言葉のやり取りが増えてきました。「おもちゃが欲しいときには何ていうのかな？」と時には保育士に援助してもらいながら、自分の気持ちを言葉で伝えられるようにしていきます。

### 【たんぽぽ組】



- 自分の気持ちを理解して受け止めてもらうことで、安定して過ごす
  - 友だちとの関わりを喜び、一緒に遊ぶ楽しさを感じる
- 友だちに関心を持ち始め、名前を呼んだり同じ遊びをしたり、顔を見合わせ笑いあったりとほほえましい姿が増えてきました。様々な遊びの中で、友だちとの関わりを楽しみながら、自我の芽生えを受け止め、安心して過ごしていけるよう関わっていきます。

### 【ちゅうりっぷ組】

- 運動会に向けての活動を通して、表現する楽しさを味わう
  - 遊びの中で相手の気持ちを知る
- いよいよ運動会に向けての取り組みが始まります。体を動かすことが大好きなちゅうりっぷ組、初めての運動会で、ドキドキや不安があるかもしれませんが、日々の保育の中で楽しく体を動かしながら、自信を持って当日を迎えられるようにしたいです。遊びの中で難しいところはお互いの思いを代弁し、相手の気持ちに少しずつ気付けるようにしていきます。

### 【もも組】

- 生活リズムを整えながら、心身ともに健康に過ごせるようにする
  - 友だちと共通の目的をもって活動する楽しさや協力する大切さを知る
  - 友だちと一緒に体を動かすことを楽しむ
- 運動遊びを通してのびのびと身体を使えるようになり、楽しむ姿がみられます。運動会に向けた活動の中で、様々な運動遊びに挑戦したり、友だちと一緒に活動する楽しさを感じられるよう促していき期待感を持てるようにしていきたいと思っています。

### 【さくら組】



- 生活リズムを整え意欲的に活動に参加する
  - 友だちと一緒に体を動かすことを喜び、最後までやり遂げた達成感や充実感を味わう
- 運動会に向けての取り組みが始まっています。マーチングは様々な楽器に触れる中でやりたい楽器を決めていきます。友だちと同じ目標を持ち取り組んでいかれるよう、万国旗を作ったり運動会のスローガンを考えながら盛り上げていきたいと思っています。
- 17日は中秋の名月。さくら組はお月見団子を作ります。行事の意味なども伝えていきたいと思っています。



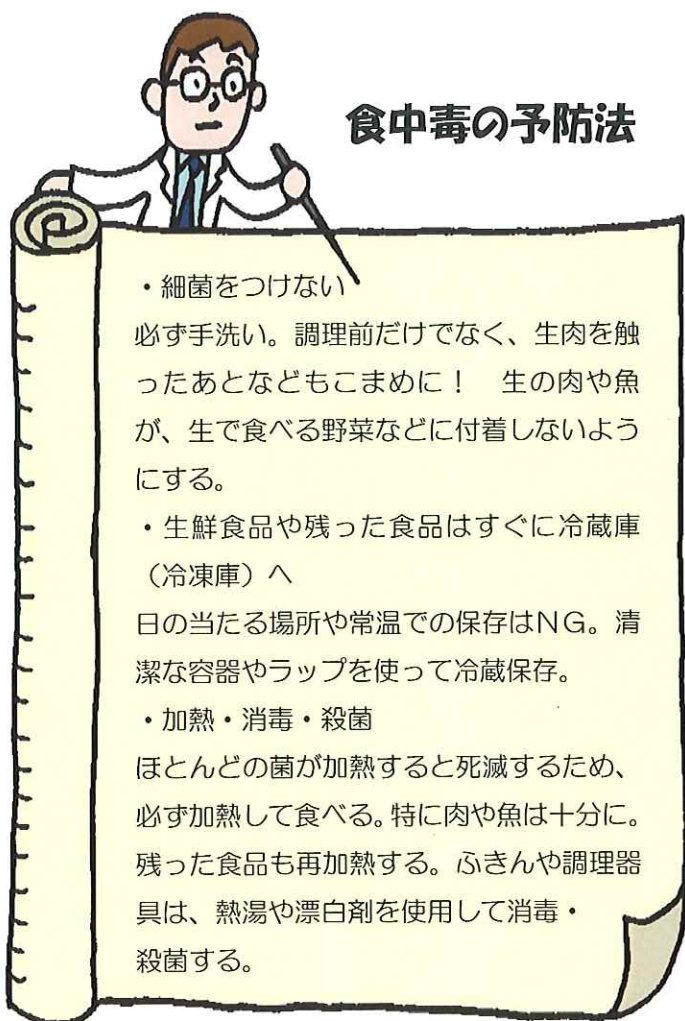


金沢愛児園  
2024年9月号

日中はまだ暑さが残りますが、これからは、「秋」本番が始まります。芸術の秋・読書の秋・スポーツの秋・食欲の秋と、いろいろな秋を満喫しましょう。

## 食育活動

- ・すみれ組がかぼちゃの種取りを行いました。スプーンで掻き出す作業は難しかったようですがとてもきれいに取り除いてくれました。
- ・ちゅうりっぷ、もも組がモロヘイヤの茎取りを行いました。もも組はあまり馴染みのない野菜に興味津々で取り組んでくれました。ちゅうりっぷ組は先月の茎取りを覚えておりモロヘイヤの名前も知っていて嬉しかったです。1kg近い山ほどのモロヘイヤはみそ汁に。喜んで食べてくれました。
- ・たんぽぽ組がごぼうに触れてみました。ごぼうの長さに驚きつつ楽しそうに観察していました。触れることで野菜を知り興味を持ってほしいと思っています。



### 食中毒の予防法

- ・細菌をつけない  
必ず手洗い。調理前だけでなく、生肉に触ったあとなどもこまめに！ 生の肉や魚が、生で食べる野菜などに付着しないようにする。
- ・生鮮食品や残った食品はすぐに冷蔵庫（冷凍庫）へ  
日の当たる場所や常温での保存はNG。清潔な容器やラップを使って冷蔵保存。
- ・加熱・消毒・殺菌  
ほとんどの菌が加熱すると死滅するため、必ず加熱して食べる。特に肉や魚は十分に。残った食品も再加熱する。ふきんや調理器具は、熱湯や漂白剤を使用して消毒・殺菌する。

## 中秋の名月「お月見」

中秋の名月を「十五夜」ともいいます。十五夜は、秋の美しい月を見ながら収穫に感謝する日といわれ、十五夜には、15個のお団子をお供えます。お月見に欠かせないお団子は、上新粉や白玉粉で作ります。お月様の見えるところにお団子と、秋に収穫される果物やススキを供えて、感謝と祈りを捧げましょう。お月見団子をさくら組に作る予定です。

中秋の名月が見られる17日に十五夜集会を行い、昼食は秋が旬の食材が入った「きのこうどん」、おやつは「さつまいも御飯」を提供します。



玄関・ゆい組にて給食レシピー配布中です！

- ・カレーの変わり焼き
- ・鶏肉と小松菜のクリームライス

## 金沢愛児園 献立表

| 日付  | 献立                                                             | エネルギー<br>たんぱく質<br>脂質/塩分<br>(1人1日あたり)                 | 材 料 名 <三色食品群別> (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)                      |                                                            |                                                                             |                                                                      | 3時おやつ<br>※牛乳の量は<br>乳児100/幼児150cc |
|-----|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
|     |                                                                |                                                      | 穀と力になるもの <黄>                                           | 血や肉や骨になるもの <赤>                                             | 体の調子を整えるもの <緑>                                                              | 調味料                                                                  |                                  |
| 02月 | 御飯<br>さんまのかば焼き<br>三色野菜の磯辺和え<br>さつま芋のみそ汁                        | 546.5(472.9)<br>18.9(17.2)<br>20.4(18.2)<br>1.7(1.4) | 米、さつまいも、O食パン、<br>Oノンエッグマヨネーズ、<br>油、片栗粉、砂糖              | O牛乳、さんま、みそ、油揚げ、<br>◎牛乳                                     | もやし、たまねぎ、ごまつな、Oクリー<br>ムコーン缶、にんじん、Oたまねぎ、焼<br>きのり                             | 煮干だし汁、しょうゆ、<br>酒、みりん                                                 | コーンマヨネーズトース<br>ト<br>牛乳           |
| 03火 | ソーセージ焼きそば<br>かぼちゃのサラダ<br>わかめスープ                                | 484.1(436.8)<br>14.0(14.1)<br>10.2(11.6)<br>2.1(1.7) | 焼きそばめん、O米、ノン<br>エッグマヨネーズ、Oごま<br>ごま油                    | 豚肉(肩ロース)、◎牛乳                                               | かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ、もや<br>し、きゅうり、にんじん、干しぶどう、<br>ピーマン、コーン缶、O塩昆布、わか<br>め、あおのり      | やさそばソース、鶏がら<br>スープ、しょうゆ                                              | 昆布おにぎり<br>麦茶                     |
| 04水 | バターロール<br>豆腐のミートグラタン<br>コールスローサラダ<br>かぶのスープ                    | 733.7(530.4)<br>30.5(21.8)<br>28.9(20.5)<br>2.4(1.8) | バターロール、O米、小麦<br>粉、ノンエッグマヨネーズ、<br>油、砂糖                  | O牛乳、牛乳、木綿豆腐、豚ひき<br>肉、O鶏もも肉、チーズ、スキム<br>ミルク、バター、Oバター、◎牛<br>乳 | キャベツ、たまねぎ、きゅうり、かぶ、<br>カットトマト缶詰、にんじん、Oにんじ<br>ん、Oたまねぎ、かぶの葉、ピーマン、<br>コーン缶      | ケチャップ、酢、鶏がら<br>スープ、中濃ソース、O<br>鶏がらスープ、食塩、O<br>食塩                      | チキンピラフ<br>牛乳※乳児は麦茶               |
| 05木 | 鶏肉と小松菜のクリームライス<br>ひじきのマリネ<br>コーンのスープ                           | 582.9(492.0)<br>29.2(24.7)<br>16.3(15.5)<br>1.5(1.2) | 米、小麦粉、Oマカロニ、O<br>砂糖、油、砂糖                               | O牛乳、鶏もも肉、調整豆乳、ツ<br>ナ油漬缶、スキムミルク、Oき<br>な粉、Oスキムミルク、◎牛乳        | たまねぎ、だいこん、ごまつな、にんじ<br>ん、きゅうり、コーン缶、クリームコー<br>ン缶、ひじき、にんにく                     | 酢、鶏がらスープ、食塩                                                          | マカロニきな粉<br>牛乳                    |
| 06金 | 黒米入り御飯<br>肉じゃが<br>ブロッコリーのごま酢和え<br>厚揚げとキャベツのみそ汁                 | 416.9(370.0)<br>16.5(15.7)<br>7.1(8.9)<br>1.5(1.2)   | じゃがいも、米、砂糖、ご<br>ま、黒米、油                                 | 豚肉(肩ロース)、生揚げ、みそ、<br>Oヨーグルト(加糖)、◎牛乳、<br>Oヨーグルト(加糖)          | ブロッコリー、たまねぎ、にんじん、<br>キャベツ                                                   | 煮干だし汁、しょうゆ、<br>酢、本みりん                                                | ヨーグルト<br>おせんべい<br>麦茶             |
| 07土 | ちゃんぽんうどん<br>スイートポテトサラダ                                         | 427.0(381.6)<br>12.3(12.5)<br>8.7(10.0)<br>1.6(1.3)  | さつまいも、O食パン、干し<br>うどん、ノンエッグマヨネ<br>ーズ、ごま油                | 鶏もも肉、なると、◎牛乳                                               | キャベツ、きゅうり、もやし、にんじ<br>ん、Oいちごジャム・低糖度、ねぎ、干<br>しぶどう                             | しょうゆ、鶏がらスー<br>プ、食塩                                                   | ジャムサンド<br>麦茶                     |
| 09月 | 黒糖パン<br>鶏肉のマーマレード焼き<br>グリーンサラダ<br>白菜のクリームスープ                   | 446.9(359.4)<br>22.0(18.9)<br>20.4(16.2)<br>1.9(1.4) | O米、黒糖パン、油、Oご<br>ま、砂糖                                   | 牛乳、鶏もも肉、Oさけ、ハム、<br>◎牛乳                                     | キャベツ、はくさい、たまねぎ、きゅう<br>り、ブロッコリー、にんじん、低糖度<br>マーマレード                           | 酢、しょうゆ、酒、鶏が<br>らスープ、食塩                                               | 鮭の御飯<br>麦茶                       |
| 10火 | 麦御飯<br>カレイの変わり焼き<br>ひじきと切干大根の煮物<br>ほうれん草のみそ汁                   | 480.6(420.6)<br>24.3(20.2)<br>18.8(14.3)<br>1.7(1.4) | 米、Oメロンパン、胚芽むぎ<br>(押麦)、ノンエッグマヨ<br>ネーズ、砂糖、油              | O牛乳、わい、さつま揚げ、み<br>そ、◎牛乳                                    | たまねぎ、ほうれんそう、切り干しだい<br>こん、にんじん、ひじき、にんにく                                      | 煮干だし汁、かつお・昆<br>布だし汁、しょうゆ、ケ<br>チャップ、本みりん、酒                            | メロンパン<br>牛乳                      |
| 11水 | *誕生会メニュー*<br>御飯<br>ヤンニョムチキン<br>おからツナサラダ<br>大根のすまし汁<br>梨※すみれ組以上 | 800.2(543.2)<br>25.6(18.1)<br>33.1(20.2)<br>1.8(1.2) | Oパイ生地、Oさつまいも、<br>米、片栗粉、O砂糖、O<br>エッグマヨネーズ、砂糖、ご<br>ま、油   | O牛乳、鶏もも肉、おから、ツナ<br>油漬缶、O生クリーム、O無塩バ<br>ター、みそ、◎牛乳            | なし、ブロッコリー、だいこん、たまね<br>ぎ、にんじん、にんにく、しょうが                                      | かつお・昆布だし汁、<br>しょうゆ、酒、ケチャッ<br>プ、本みりん、食塩                               | スイートポテトパイ<br>牛乳※乳児は麦茶            |
| 12木 | 豚肉のしょうが焼き丼<br>キャベツの昆布和え<br>豆腐となめこのみそ汁                          | 631.2(530.9)<br>24.0(20.9)<br>21.4(19.4)<br>1.9(1.5) | 米、O小麦粉、O砂糖、O<br>コーンフレーク、砂糖、油                           | O牛乳、豚肉(肩ロース)、木綿豆<br>腐、O無塩バター、O牛乳、み<br>そ、Oスキムミルク、◎牛乳        | キャベツ、たまねぎ、にんじん、なめ<br>こ、O干しぶどう、ねぎ、塩昆布、しょ<br>うが                               | 煮干だし汁、本みりん、<br>しょうゆ、酒、Oペーキ<br>ングパウダー                                 | レーズンロッククッキー<br>牛乳                |
| 13金 | 味噌ラーメン<br>南瓜の甘露<br>バナナ※すみれ組以上                                  | 578.3(450.0)<br>22.4(16.9)<br>12.7(9.1)<br>1.8(1.3)  | 中華めん、O米、砂糖、白ね<br>りごま、ごま油、O油                            | O牛乳、O鶏もも肉、豚もも肉、<br>◎牛乳                                     | かぼちゃ、バナナ、もやし、コーン<br>缶、キャベツ、Oにんじん、Oたまね<br>ぎ、ねぎ、にんじん、にんにく                     | しょうゆ、ラーメンスー<br>プ、O鶏がらスープ、O<br>カレー粉                                   | カレーピラフ<br>牛乳※乳児は麦茶               |
| 14土 | 豚肉チャーハン<br>きゅうりともやしのナムル<br>わかめとねぎのスープ                          | 503.6(436.0)<br>18.2(16.5)<br>16.3(15.4)<br>2.1(1.6) | 米、O食パン、Oじゃがい<br>も、Oノンエッグマヨネ<br>ーズ、ごま、ごま油、油             | O牛乳、豚ひき肉、◎牛乳                                               | もやし、Oきゅうり、きゅうり、にんじ<br>ん、たまねぎ、コーン缶、Oにんじん、<br>ねぎ、わかめ、あおのり                     | しょうゆ、鶏がらスー<br>プ、酒、O食塩、食塩                                             | ポテトサラダサンド<br>牛乳                  |
| 17火 | きのこうどん<br>【新メニュー】鶏豆焼き<br>梨※すみれ組以上                              | 483.9(420.4)<br>18.6(16.8)<br>10.3(11.1)<br>1.4(1.1) | O米、干しうどん、Oさつま<br>いも、片栗粉、O黒ごま、<br>砂糖                    | 豚ひき肉、挽きわり鶏豆、鶏もも<br>肉、油揚げ、◎牛乳                               | なし、はくさい、ねぎ、にんじん、なめ<br>こ、えのきだけ、しめじ                                           | かつお・昆布だし汁、<br>しょうゆ、O酒、O本み<br>りん、O食塩、Oしょう<br>ゆ、本みりん、食塩、O<br>かつお・昆布だし汁 | さつまいも御飯<br>麦茶                    |
| 18水 | ビビンバ<br>ブロッコリーののりマヨ和え<br>中華風スープ                                | 481.5(419.5)<br>19.7(17.9)<br>11.6(12.5)<br>1.8(1.4) | 米、O干しうめん、ごま、<br>ノンエッグマヨネーズ、砂<br>糖、ごま油                  | 豚肉(肩ロース)、O鶏もも肉、◎<br>牛乳                                     | もやし、ブロッコリー、ほうれんそう、<br>にんじん、たまねぎ、Oはくさい、Oね<br>ぎ、Oにんじん、コーン缶、焼きのり、<br>しょうが、にんにく | Oかつお・昆布だし汁、<br>しょうゆ、Oしょうゆ、<br>鶏がらスープ、酒                               | さっぱりそうめん<br>麦茶                   |
| 19木 | 御飯<br>レバーのかりん揚げ<br>小松菜のおかか和え<br>かぶのみそ汁                         | 542.8(463.6)<br>23.1(20.2)<br>18.5(17.2)<br>1.7(1.3) | 米、O小麦粉、O黒砂糖、片<br>栗粉、油、ごま、砂糖                            | O牛乳、豚しほり、O牛乳、O無<br>塩バター、みそ、かつお節、◎牛<br>乳                    | キャベツ、たまねぎ、ごまつな、かぶ、<br>Oバナナ、にんじん、かぶの葉、しょう<br>が                               | 煮干だし汁、ケチャッ<br>プ、しょうゆ、中濃ソー<br>ス、酒、Oペーキングパ<br>ウダー                      | バナナ黒糖ケーキ<br>牛乳                   |
| 20金 | 食パン<br>ハンバーグ<br>マカロニサラダ<br>白菜のスープ                              | 559.3(480.1)<br>23.0(20.6)<br>17.5(16.9)<br>1.6(1.3) | O米、食パン、マカロニ、ノ<br>ンエッグマヨネーズ、パン<br>粉、砂糖、Oごま、油            | 豚ひき肉、ツナ油漬缶、スキムミ<br>ルク、牛乳、◎牛乳                               | たまねぎ、はくさい、きゅうり、キャベ<br>ツ、にんじん、コーン缶、Oしそふりか<br>け                               | 中濃ソース、ケチャッ<br>プ、鶏がらスープ、食塩                                            | ゆかりおにぎり<br>麦茶                    |
| 21土 | 鶏肉の甘辛どんぶり<br>キャベツのサラダ<br>お蕎麦と油揚げのみそ汁                           | 589.8(499.7)<br>27.6(23.7)<br>20.7(18.8)<br>2.1(1.6) | 米、O食パン、Oノンエッグ<br>マヨネーズ、ノンエッグマ<br>ヨネーズ、お蕎麦、砂糖、油、片<br>栗粉 | O牛乳、鶏もも肉、Oツナ油漬<br>缶、みそ、油揚げ、◎牛乳                             | キャベツ、たまねぎ、きゅうり、にんじ<br>ん、コーン缶、しょうが                                           | 煮干だし汁、しょうゆ、<br>本みりん、Oバセリ粉、<br>食塩                                     | ツナサンド<br>牛乳                      |
| 24火 | コッペパン<br>鮭フライソースがけ<br>さっぱりサラダ<br>オニオンスープ                       | 522.2(411.6)<br>26.4(20.7)<br>12.4(12.1)<br>1.9(1.3) | コッペパン、O米、パン粉、<br>油、小麦粉、Oごま油                            | さけ、Oハム、Oしらす干し、◎<br>牛乳                                      | キャベツ、たまねぎ、きゅうり、にんじ<br>ん、Oブロッコリー                                             | 中濃ソース、酢、しょう<br>ゆ、Oしょうゆ、鶏がら<br>スープ、バセリ粉、O食<br>塩、食塩                    | ハムとじゃこの混ぜ御飯<br>麦茶                |
| 25水 | 胚芽米御飯<br>鶏肉のたまねぎソースがけ<br>三色野菜のナムル<br>しめじと玉ねぎのみそ汁               | 576.2(484.3)<br>22.7(19.9)<br>19.3(17.8)<br>1.5(1.2) | 胚芽米、O小麦粉、Oコーン<br>スターチ、O粉砂糖、O砂<br>糖、小麦粉、砂糖、ごま、ご<br>ま油   | O牛乳、鶏もも肉、O無塩バ<br>ター、O牛乳、みそ、◎牛乳                             | もやし、ほうれんそう、たまねぎ、しめ<br>じ、えのきだけ、にんじん、しょうが                                     | 煮干だし汁、しょうゆ、<br>酢                                                     | パニラキュッフェルン<br>牛乳                 |
| 26木 | カレーライス<br>ピーマンのツナあえ<br>牛乳※幼児のみ                                 | 613.6(450.8)<br>22.9(16.8)<br>20.6(15.0)<br>1.9(1.4) | 米、じゃがいも、Oバナナ<br>ミックス、ごま、砂糖、油                           | 牛乳、O牛乳、豚肉(肩ロース)、<br>ツナ油漬缶、スキムミルク、バ<br>ター、◎牛乳               | たまねぎ、にんじん、ピーマン                                                              | カレールー、ケチャッ<br>プ、しょうゆ、中濃ソー<br>ス、酢                                     | いちごバナナ<br>おせんべい<br>麦茶            |
| 27金 | ミートソースパグティ<br>フレッシュサラダ<br>コーンクリームスープ                           | 515.5(453.2)<br>19.4(18.0)<br>12.6(13.1)<br>1.9(1.5) | O米、スパゲティ、Oご<br>ま、油、砂糖                                  | 牛乳、豚ひき肉、スキムミルク、<br>バター、粉チーズ、◎牛乳                            | たまねぎ、キャベツ、クリームコー<br>ン缶、カットトマト缶詰、コーン缶、き<br>ゅうり、にんじん、セロリ、Oわかめご<br>飯の葉         | 酢、中濃ソース、ケ<br>チャップ、鶏がらスー<br>プ、酒、食塩                                    | わかめおにぎり<br>麦茶                    |
| 28土 | ケチャップチキンライス<br>ゴママヨサラダ<br>玉ねぎと人参のスープ                           | 393.5(357.7)<br>12.3(12.3)<br>9.2(10.6)<br>1.5(1.3)  | 米、O焼きそばめん、じゃ<br>がいも、ノンエッグマヨネ<br>ーズ、すりごま、油、砂糖           | 鶏もも肉、ツナ油漬缶、◎牛乳                                             | たまねぎ、きゅうり、にんじん、Oにん<br>じん、Oたまねぎ                                              | ケチャップ、O焼きそば<br>粉末ソース、鶏がらスー<br>プ、しょうゆ                                 | 焼きそば<br>麦茶                       |
| 30月 | 御飯<br>さわらのごま照り焼き<br>厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮<br>油あげと白菜の豆乳みそ汁              | 656.1(534.8)<br>30.2(24.5)<br>26.7(22.5)<br>1.9(1.5) | 米、じゃがいも、Oホット<br>ケーキミックス、砂糖、ご<br>ま、片栗粉                  | O牛乳、さわら、調整豆乳、生揚<br>げ、豚ひき肉、O牛乳、O無塩バ<br>ター、みそ、油揚げ、◎牛乳        | たまねぎ、はくさい、にんじん、Oりん<br>ご濃縮果汁、Oりんごジャム、しょうが                                    | 煮干だし汁、かつお・昆<br>布だし汁、しょうゆ、<br>酒、みりん、本みりん                              | アップルマフィン<br>牛乳                   |

※都合により変更することがございます。 ※10時おやつは乳児クラス(つばみ・たんぽぽ・すみれ組)のみ牛乳100ccを提供しています。