



# 園だより



<5 月の聖句>

野の花が どのように育つか 注意して見なさい

マタイによる福音書 6 章 28 節

緑が美しい季節になりました。とはいえ、すっかり環境が変わり、野の花…いわゆる雑草というものが少なくなりました。それでもアスファルトの隙間から生えている雑草を見るにつけ、その逞しい生命力に感心させられます。誰が植え付けや水やりをすることもないのに、自ら飛んで土に落ち、落ちたところで芽を出して成長しているのですから。どのような小さな命も神さまにとっては「よし」とされる大切な命。いわんや人の命の尊さはいかに。あなたたちは神さまにとって大切な存在なのだから、これから先のことを心配しないで。今日できたこと、今守られていることに感謝し、明日からのことに期待と希望をもって進んで良いのだと、あらためて聖書は教えてくれています。子どもたちは新しい環境にそれぞれがなじみ始めています。日々の成長に感謝、日々の出会いに感謝、日々生かされていることを喜びながら 5 月も自分のペースで歩みをすすみましょう。

平田 敬子

<月主題>



- 0 歳児 <すこしずつ> 保育者の祈りや賛美に触れる。/安心できる大人のそばで、十分に受け止めてもらいながら過ごす。/ 戸外で過ごすことが多くなり、身近な草花や虫を見て、触れる。
- 1・2 歳児 <だいじょうぶ> 祈りやさんびかに親しみ心地よく感じる。/保育者に受けとめてもらい、安心して好きな遊びを見つける。/自然の音や色に気づいて関心が向いていく。
- 3 歳児 <動き出して> 保育者や友だちとともに祈り、賛美し、見えない神さまを感じる。/好きな遊びを見つける。友だちの遊びを見て心と体が動き出しやってみようとする。/風の気持ちよさ、草や花の香り、虫の感触などを感じたりする。
- 4・5 歳児 <なんだろう> 神さまが創られた世界の中に、たくさんの恵みや不思議があることに気づき、思いを寄せる。/自分の好きなことやまわりのこと・ものに心をとめて、感じて考え動いていく。/草花や木々の育ち、虫や小動物の命にふれる。

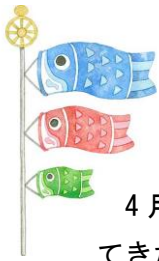
<今月のさんびか> 『このはなのように』(幼児さんびかⅡ) 『神さまがわかるでしょう』(ゴスペルフォーク・ヒット集)

<おやつ音楽> 『赤ちゃんとおかあさんのあそびうた』

<行事>



日	月	火	水	木	金	土
	職員の予定	22 日職員会議	21 日乳児研修	1	2	3
		29 日北九州市保育士会総会				
4	5	6	7 避難訓練	8 体操教室① 園児健康診断(未満児)	9	10
11	12 母の日礼拝	13	14	15	16 誕生会	17
18	19 月曜礼拝	20 シレット鱈(ほぐみ) フリースペース	21	22 体操教室② 園児健康診断(以上児)	23	24
25	26 月曜礼拝	27	28	29	30 おたより掲載	31



## 5月病にご用心

4月の環境の変化に、少しずつ慣れてきたところ。それでも5月に入ると、今までの頑張りすぎがストレスとして溜まり、体調に不調を起こす、いわゆる5月病になることがあります。

これは子どもにも起こること。「表情が暗い」「気持ちが落ち込んでいる様子」「疲れが強く感じられる」など様々なサインが見受けられます。

本人が決して怠けたり、さぼったりしているわけではありませんから、頑張りすぎないで少しずつでいいよという姿勢で関わり、スキンシップを心がけましょう。適度な運動は生活リズムを整えます。無理のない程度で体を動かせるようにしましょう。

ご存じですか？

5月29日は **こんにゃくの日**



保育園の給食食材にも時々登場するこんにゃく。語呂合わせから5月29日はこんにゃくの日といわれています。

こんにゃくは食物繊維が豊富に含まれ、肥満や動脈硬化のリスクを下げる効果が期待でき、生活習慣病の予防にも良いとされています。またカルシウムが豊富なことから骨や歯の健康に、カリウムが含まれておりむくみ解消に、鉄分が含まれていて貧血予防にと様々な健康効果も期待できます。

保育園では窒息予防で、小さく切って提供しています。ご家庭でものどに詰まらせないように気を付けて与えてくださいね。

北九州市からのお知らせ

## 保護者の皆さまへ 救急電話相談窓口のお知らせ



お子さまの**突然のケガや急病のときは...**



1. かかりつけ医が対応可能な日・時間帯は、**かかりつけ医に電話で相談**しましょう。
2. かかりつけ医に相談できないときは、下記の**電話相談をご利用ください**。看護師などが電話でアドバイスをを行います。

電話相談窓口	連絡先	受付時間
福岡県小児救急医療電話相談	☎#8000 または、092-731-4119	【日・祝】 7時から翌朝7時まで 【土 曜】 12時から翌朝7時まで 【平 日】 19時から翌朝7時まで
福岡県救急医療電話相談	☎#7119 または、092-471-0099	<b>24時間・年中無休</b>
テレフォンセンター (夜間・休日急患センター内)	093-522-9999	<b>24時間・年中無休</b>



いざという時の**備え**をお願いします



各ご家庭におかれましては、お子さまのいざという事態の備えとして、

- ・**かかりつけ医の診療可能な日時の確認**
- ・**使い慣れたお薬の不足はないかの確認と準備**
- ・**救急相談窓口の利用**など、ご協力をお願いします。

お子さまのケガや急病は保護者の皆様の心配の一つかと思えます。一方で、夜間や休日の救急医療を担う病院の業務が逼迫してしまうと手術や緊急処置を必要とする救急搬送の受け入れが困難になる恐れがあります。救急医療電話相談の利用や不要不急の受診は控えるなど、救急医療の適正利用へのご理解、ご協力をお願いいたします。

©ていたん&ブラックていたん北九州市

<絵本紹介>

### 『しゃぼんだま』

小林実文 林明子 絵  
福音館書店

子どもはしゃぼんだま遊びが大好きです。目で追ったり、追いかけて手に取ろうとしたりして歓声をあげます。吹き方や吹くストローを違うものにするとうなるか…様々な遊びや興味が広がります。絵本を楽しんだ後は、きっと実践したくなること請け合いです。

### 『こしたんたん』

りとう ようい 著  
絵本館

虎視眈々という4文字熟語を知っていてもいなくても、小さな子どもから楽しめる絵本です。絵のタッチと言葉のリズムを味わえます。文は短め。読み進めるとあっという間に終わるから、読み手が疲れのないのも良いところ。表情豊かなトラの顔にも注目です。

令和7年度 献立表 5月

ナオミ愛児園

日	午前 おやつ	未満児主食	以上児主食	献立名		三食食品群(赤・黄・緑)			栄養価		献立名		栄養価(延長おやつ)	
				昼食	午後おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	3歳未満児	3歳以上児	延長おやつ	3歳未満児	3歳以上児	
1 木	27 火	牛乳	ごはん	ごはん	豆腐のまさご揚げ きゅうりのごまあえ 麩のみそ汁	牛乳 クラッカー チーズ	豆腐 えび 鶏ひき肉 し らす干し 卵つなぎ わか め みそ 煮干し 牛乳 チーズ	米 サラダ油 砂糖 片栗 粉 醤油 酒 ごま 麩 クラッ カー	人参 胡瓜 葱	I補*:480kcal たんぱく質:21g 脂質:22.7g 食塩相当量:1.6g	I補*:541kcal たんぱく質:23.2g 脂質:24.3g 食塩相当量:2.2g	牛乳 ビスケット	I補*:95kcal たんぱく質:3.9g 脂質:4.6g 食塩相当量:0.2g	I補*:103kcal たんぱく質:4.1g 脂質:4.8g 食塩相当量:0.2g
2 金	30 金	牛乳	パン	パン	ポークビーンズ えのきとわかめのスープ	牛乳 せんべい	豚肉 ゆで大豆 わか め 牛乳	ロールパン ジャがいも サラダ油 トマト ケチャップ 砂糖 ウスターソース スープ の素 せんべい	人参 玉ねぎ グリーン ピース えのきだけ 葱	I補*:441kcal たんぱく質:20.7g 脂質:16.2g 食塩相当量:2.1g	I補*:492kcal たんぱく質:22.6g 脂質:16.4g 食塩相当量:2.6g	牛乳 おかき	I補*:91kcal たんぱく質:3.9g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.2g	I補*:99kcal たんぱく質:4.1g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.3g
7 水		牛乳	ごはん	ごはん	チキンカレー ヨーグルトサラダ	牛乳 丸ボーロ	鶏肉 スキムミルク ヨーグルト 牛乳	米 ジャがいも サラダ油 小麦粉 ウス ターソース スープの素 酒 トマトケ チャップ 醤油 カレー粉 丸ボーロ	生姜 ニンニク 人参 玉ねぎ りん ご グリーンピース みかん缶 桃缶 パン缶	I補*:525kcal たんぱく質:18.8g 脂質:16.7g 食塩相当量:1.4g	I補*:644kcal たんぱく質:21.2g 脂質:17.2g 食塩相当量:2g	牛乳 クッキー	I補*:102kcal たんぱく質:3.8g 脂質:6g 食塩相当量:0.1g	I補*:112kcal たんぱく質:3.9g 脂質:6.6g 食塩相当量:0.2g
8 木	19 月	牛乳	ごはん	ごはん	八宝菜 中華きゅうり	牛乳 ドーナッツ	鶏肉 かまぼこ 牛乳	米 サラダ油 スープの素 砂糖 醤油 片栗粉 ごま 油 酢 ドーナッツ	人参 キャベツ 玉ねぎ た けのこ さやいんげん 干し しいたけ 胡瓜 レモン果汁	I補*:491kcal たんぱく質:17.5g 脂質:19.3g 食塩相当量:1.4g	I補*:552kcal たんぱく質:18.8g 脂質:20.2g 食塩相当量:1.7g	牛乳 クラッカー	I補*:99kcal たんぱく質:4g 脂質:5.6g 食塩相当量:0.2g	I補*:109kcal たんぱく質:4.2g 脂質:6.1g 食塩相当量:0.3g
9 金	20 火	牛乳	パン	パン	わんぱくハンバーグ トマト キャベツのスープ	牛乳 丸ボーロ	合挽肉 鶏レバー 牛 乳 卵つなぎ 鉄強化 牛乳	ロールパン パン粉 サラダ油 カレー粉 ウスターソース スープの素 トマトケ チャップ 丸ボーロ	玉ねぎ 人参 トマト キャベツ スイートコー ン パセリ	I補*:469kcal たんぱく質:23g 脂質:20.7g 食塩相当量:1.5g	I補*:528kcal たんぱく質:25.5g 脂質:22.2g 食塩相当量:1.8g	牛乳 あられ	I補*:91kcal たんぱく質:3.9g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.2g	I補*:99kcal たんぱく質:4.1g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.3g
10 土	24 土	牛乳		パン	焼きそば 青梗菜とえのきのスープ	牛乳 おかき	豚肉 さつま揚げ 青のり 牛乳	焼きそば蒸し麺 サラダ油 ウスターソース スープの 素 おかき	もやし キャベツ 玉ね ぎ 人参 葱 青梗菜 えのきだけ	I補*:391kcal たんぱく質:18.1g 脂質:14.4g 食塩相当量:2g	I補*:534kcal たんぱく質:22g 脂質:17g 食塩相当量:2.7g	牛乳 サブレ	I補*:98kcal たんぱく質:3.8g 脂質:5.1g 食塩相当量:0.1g	I補*:107kcal たんぱく質:3.9g 脂質:5.5g 食塩相当量:0.1g
12 月	21 水	牛乳	ごはん	ごはん	ハヤシ汁 かぼちゃとチーズのサラダ	飲むヨーグルト ビスケット	牛乳 チーズ 飲むヨーグルト	米 バター 小麦粉 砂糖 スープの素 ト マトケチャップ トマトピューレ マヨネ ーズ ウスターソース ビスケット	玉ねぎ グリーンピース 南瓜 胡瓜	I補*:543kcal たんぱく質:17.1g 脂質:19.3g 食塩相当量:1.4g	I補*:611kcal たんぱく質:18.3g 脂質:20.4g 食塩相当量:1.9g	牛乳 かりんとう	I補*:95kcal たんぱく質:3.9g 脂質:4.7g 食塩相当量:0.1g	I補*:103kcal たんぱく質:4.1g 脂質:5g 食塩相当量:0.1g
13 火	22 木	牛乳	ごはん	ごはん	魚のみそ煮 ほうれん草ともやしのおかかあえ 若竹汁	牛乳 *ココアとプルーン の豆乳蒸しパン	鯖 赤味噌 かつお節 わかめ 煮干し 出し 昆布 牛乳 豆乳	米 砂糖 醤油 酒 ホット ケーキミックス ココア	生姜 ほうれん草 もや し たけのこ 人参 プ ルーン	I補*:454kcal たんぱく質:16.8g 脂質:16.8g 食塩相当量:1.5g	I補*:508kcal たんぱく質:23.4g 脂質:17.2g 食塩相当量:1.9g	牛乳 せんべい	I補*:90kcal たんぱく質:3.99g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.2g	I補*:98kcal たんぱく質:3.9g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.2g
14 水	23 金	牛乳	ごはん	ごはん	鶏のから揚げケチャップあえ 胡瓜もみ 玉ねぎのみそ汁	牛乳 クッキー	鶏肉 みそ 煮干し 牛乳	米 片栗粉 砂糖 酒 トマトケ チャップ サラダ油 クッキー	胡瓜 玉ねぎ 人参 葱	I補*:530kcal たんぱく質:20.2g 脂質:24.4g 食塩相当量:1.1g	I補*:602kcal たんぱく質:22.1g 脂質:26.5g 食塩相当量:1.3g	牛乳 丸ボーロ	I補*:90kcal たんぱく質:4g 脂質:4g 食塩相当量:0.1g	I補*:97kcal たんぱく質:4.1g 脂質:4g 食塩相当量:0.1g
15 木	29 木	牛乳	パン	パン	春雨とちりめんの油炒め もやしと卵の中華スープ	牛乳 あられ	しらす干し 豚肉 全卵 牛乳	ロールパン 春雨 サラダ 油 醤油 スープの素 片 栗粉 砂糖 あられ	人参 さやいんげん 玉 ねぎ キャベツ もやし 葱	I補*:447kcal たんぱく質:21g 脂質:16.9g 食塩相当量:1.8g	I補*:497kcal たんぱく質:22.9g 脂質:17.4g 食塩相当量:2.2g	牛乳 ウエハース	I補*:95kcal たんぱく質:3.9g 脂質:4.7g 食塩相当量:0.1g	I補*:103kcal たんぱく質:4.1g 脂質:5g 食塩相当量:0.1g
16 金		牛乳			中華風たきこみごはん 魚のから揚げ・胡瓜サラダ 玉ねぎのすまし汁・バナナ	ゼリー	出し昆布 鶏肉 油揚 げ 白身魚 煮干し 牛乳	米 ゴマ油 醤油 酒 砂糖 片 栗粉 上新粉 サラダ油 ゼ リー	人参 葱 胡瓜 人参 玉ねぎ バナナ スイ ートコーン	I補*:447kcal たんぱく質:19.5g 脂質:11.2g 食塩相当量:1.7g	I補*:484kcal たんぱく質:20.5g 脂質:10.1g 食塩相当量:2g	牛乳 クラッカー	I補*:111kcal たんぱく質:4.4g 脂質:4.6g 食塩相当量:0.1g	I補*:124kcal たんぱく質:4.7g 脂質:4.8g 食塩相当量:0.1g
17 土	31 土	牛乳		パン	かやくうどん バナナ	牛乳 サブレ	牛肉 油揚げ かまぼ こ 煮干し 出し昆布 牛乳	うどん乾麺 サラダ油 砂糖 醤油 酒 サブレ	人参 ほうれん草 パナ ナ	I補*:435kcal たんぱく質:17.1g 脂質:17.7g 食塩相当量:1.4g	I補*:606kcal たんぱく質:19g 脂質:16.9g 食塩相当量:1.4g	牛乳 せんべい	I補*:96kcal たんぱく質:3.9g 脂質:4.9g 食塩相当量:0.2g	I補*:105kcal たんぱく質:4.1g 脂質:5.2g 食塩相当量:0.2g
26 月		牛乳	ごはん	ごはん	チキンカレー ヨーグルトサラダ	牛乳 あられ おやついりこ	牛乳 鶏肉 スキムミ ルク ヨーグルト いりこ	米 ジャがいも サラダ油 小麦粉 ウス ターソース スープの素 酒 トマトケ チャップ 醤油 カレー粉 丸ボーロ	生姜 ニンニク 人参 玉ねぎ りん ご グリーンピース みかん缶 桃缶 パン缶	I補*:517kcal たんぱく質:19.4g 脂質:16.6g 食塩相当量:1.7g	I補*:585kcal たんぱく質:22.2g 脂質:17.3g 食塩相当量:2.3g	牛乳 おかき	I補*:102kcal たんぱく質:3.8g 脂質:6g 食塩相当量:0.1g	I補*:112kcal たんぱく質:3.9g 脂質:6.6g 食塩相当量:0.2g
28 水		牛乳	ごはん	ごはん	厚揚げと小松菜の和風炒め かぼちゃのみそ汁	牛乳 せんべい	厚揚げ 豚肉 かつお 節 みそ 煮干し 牛乳	米 醤油 みりん 砂糖 サ ラダ油 せんべい	小松菜 人参 玉ねぎ 南瓜 葱	I補*:446kcal たんぱく質:19g 脂質:14.6g 食塩相当量:1.3g	I補*:500kcal たんぱく質:20.7g 脂質:14.3g 食塩相当量:1.7g	牛乳 あられ	I補*:120kcal たんぱく質:4.5g 脂質:5.7g 食塩相当量:0.2g	I補*:134kcal たんぱく質:4.7g 脂質:6.1g 食塩相当量:0.2g

暖かな時期になりました！元気に活動できるよう、毎日の「朝ごはん」はしっかり食べましょう！  
 「朝ごはん」を食べると、寝ている間に低下した体温も上昇し、脳の動きも活発になります。  
 また胃や腸も、活動をはじめ、朝の排便を促す効果も上昇します。  
 「朝ごはん」を食べていないと、間食や昼食時に血糖値が急上昇します。  
 年齢問わず、血糖値の乱高下は、肥満や糖尿病のリスクがあるので注意しましょう！  
 \*食べたことの無い食材は、給食で食べる前に、家庭で2～3回試食をお願いします。  
 \*ひかり・つき・ほし組は、土曜や麺の日も主食の持参が必要です。



月 平均 栄養 価	年齢	区分	I補* - Kcal	たんぱ く 質 g	脂質 g	加鈣 mg	鉄 mg	ビタミン				食塩相 当量 g
								A μgRE	B1 mg	B2 mg	C mg	
未満児		基準量	470	15~23	11~16	210	2.0	200	0.20	0.30	18	1.3未満
		平均栄養価	471(499)	19.6	18.2	288	1.8	313	0.27	0.42	17	1.6
以上児		基準量	570	18~29	13~19	270	2.3	225	0.23	0.36	18	1.6未満
		平均栄養価	548(579)	21.6	19.0	252	2.4	350	0.31	0.39	21	2.0



# 令和7年5月 離乳食献立例

ナオミ愛児園

日		幼児食		午前	離乳食 5~6カ月頃		離乳食 7カ月頃~	
		午前	午後		午前	午後	午前	午後
1	27	牛乳	豆腐のまさご揚げ きゅうりのごまあえ 麩のみそ汁	牛乳 クラッカー チーズ	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐の吉野煮(豆腐25・野菜10) すまし汁(麩1・野菜5)	全がゆ(米20) 豆腐のそぼろあん(豆腐20・ひき肉10・野菜20) すまし汁(麩1・野菜5)	ミルク おじや(米20・しらす干し2・野菜10) きゅうりサラダ(きゅうり20)
2	30	牛乳	ポークビーンズ えのきとわかめのスープ	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) 野菜の軟らか煮(野菜20) ポテトスープ(じゃがいも10・野菜5)	全がゆ(米20) 大豆のトマト煮(大豆15・野菜10・トマトジュース30) 野菜のあえもの(野菜20)	ミルク パンがゆ(パン20・牛乳30) 野菜スープ(野菜20)
7		牛乳	チキンカレー ヨーグルトサラダ	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトと野菜のマッシュ(じゃがいも20・野菜10) 野菜スープ(野菜10)	全がゆ(米20) クリームシチュー(ひき肉10・じゃがいも20・野菜20・牛乳30)	ミルク おじや(米20・野菜10) ヨーグルト(ヨーグルト40)
8	19	牛乳	八宝菜 中華きゅうり	牛乳 ドーナツ	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐の吉野煮(豆腐25・野菜10) キャベツスープ(キャベツ15)	全がゆ(米20) 野菜とミンチの吉野煮(ひき肉10・野菜25) キャベツスープ(麩1・キャベツ15)	ミルク 豆腐がゆ(米20・豆腐20・野菜10) すまし汁(野菜5)
9	20	牛乳	わんぱくハンバーグ トマト コーンとキャベツのスープ	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) 人参マッシュ(人参20) 野菜スープ(野菜15)	全がゆ(米20) 野菜の煮つけ(ひき肉15・野菜25) 人参のやわらか煮(人参20)	ミルク パンがゆ(パン20・牛乳10) きざみトマト(トマト20)
10	24	牛乳	焼そば 青梗菜とえのきのスープ	牛乳 おかき	ミルク	煮込みうどん(麺10・麩1・野菜20) 人参の刻み 甘露煮(人参15)	煮込みうどん(麺20・ひき肉10・野菜25) キャベツのあえもの(野菜20)	ミルク 野菜がゆ(米20・ひき肉10・野菜10) チンゲンサイのスープ(チンゲンサイ15)
12	21	牛乳	ハヤシ汁 かぼちゃのチーズサラダ	飲むヨーグルト ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) 野菜の軟らか煮(野菜20) オニオンスープ(玉ねぎ15)	全がゆ(米20) トマト煮込み(ひき肉15・野菜20・トマトピューレ) オニオンスープ(玉ねぎ15)	ミルク チーズがゆ(米20・チーズ2・野菜10) かぼちゃマッシュ(かぼちゃ20)
13	22	牛乳	魚のみそ煮 ほうれん草ともやしのおかか和え 若竹汁	牛乳 *JJAとプルーンの豆乳蒸 パン	ミルク	5分がゆ(米10) 蒸魚の野菜あんかけ(白身魚15・野菜20)	全がゆ(米20) 蒸魚の野菜あんかけ(白身魚15・野菜20) すまし汁(野菜15・わかめ)	ミルク 蒸しパン(給食の1/2) ほうれんそうの あえもの(ほうれんそう20)
14	23	牛乳	鶏のからあげケチャップあえ 胡瓜もみ 玉ねぎのみそ汁	牛乳 クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物(麩1・野菜15) おろしきゅうり(きゅうり15)	全がゆ(米20) 麩と野菜の煮物(麩1・ひき肉10・野菜20) きゅうりサラダ(きゅうり15)	ミルク 野菜がゆ(米20・ひき肉10・野菜10) オニオンスープ(玉ねぎ15)
15	29	牛乳	春雨とちりめんの油炒め もやしと卵の中華スープ	牛乳 あられ	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのとろとろ煮(キャベツ20) 麩と野菜の煮物(麩1・野菜15)	全がゆ(米20) 春雨とちりめんのやわらか煮(春雨3・しらす干し2・ひき肉5・野菜15) 野菜入り卵スープ(卵5・野菜15)	ミルク 野菜がゆ(米20・野菜20) スープ(BF)
16		牛乳	中華風炊き込みごはん 魚のから揚げ きゅうりのサラダ 玉ねぎのすまし汁 バナナ	ゼリー	ミルク	おじや(米10・野菜10) 煮魚の野菜あんかけ(白身魚10・野菜15)	おじや(米20・野菜20) 蒸魚の野菜あんかけ(白身魚15・野菜20)	ミルク 肉入りおじや(米20・ひき肉10・野菜10) つぶしバナナ(バナナ20)
17	31	牛乳	かやくうどん バナナ	牛乳 サブレ	ミルク	煮込みうどん(麺10・麩1・野菜20) すりつぶし バナナ(バナナ10)	煮込みうどん(麺20・ひき肉10・野菜25) つぶしバナナ(バナナ20)	ミルク 肉入りおじや(米20・ひき肉10・野菜10) ほうれんそうのスープ(ほうれんそう15)
26		牛乳	チキンカレー ヨーグルトサラダ	牛乳 あられ おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトと野菜のマッシュ(じゃがいも20・野菜10) 野菜スープ(野菜10)	全がゆ(米20) クリームシチュー(ひき肉10・じゃがいも20・野菜20・牛乳30)	ミルク おじや(米20・野菜10) ヨーグルト(ヨーグルト40)
28		牛乳	厚揚げと小松菜の和風炒め かぼちゃのみそ汁	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) かぼちゃマッシュ(かぼちゃ20) 小松菜のスープ(小松菜15)	全がゆ(米20) 野菜のそぼろ煮(ひき肉10・野菜20) かぼちゃのやわらか煮(かぼちゃ30)	ミルク 牛乳がゆ(米20・野菜10・牛乳30) 野菜のやわらか煮(野菜20)