



2025 年 9 月号

ナオミ愛児園

園 だ よ り



毎月 1 日 発行



<9月の聖句>

主は羊飼い わたしには 何も欠けることがない

詩編 23 編 1 節

子どもが鬼ごっこをする時「ばりあーっ」と言って身を守る術を使うことがあります。人は何かの障壁に出会った時、自分の身を守る術が必要です。楽観的に「まあいいか」と思えることはよいのですが、子育てしていれば特に思い悩むことも多いのです。ところで「羊」は「美」「善」「平和」の象徴と言われますが、「神の子羊」とされるイエスさまは、まさにその通り。友のいない人の友となり、善を行う平和の君です。うれしい時も悲しい時も、困難で苦しみ悩むときにもいつも伴ってくださり、人の至らない部分をも補い、赦しを執り成してくださる尊いお方で、私の最強バリアー。だからこの月も安心して過ごせます。感謝して共に歩みましょう。

平田 敬子



<月主題>

0 歳児<みてみて>保育者の祈りや賛美を真似ようとする/のびのびと過ごす中で 自分のお気に入りを見つける/空や雲 虫の音を保育者とともに感じる

1・2 歳児<おもしろそう>神さまのお話を聞き 親しみを持つ/保育者との関係が深まり 安心して自分自身を表す/空や雲 虫の音に気づき 興味を持つ

3 歳児<おもしろそう>夏の間それぞれの場で守られたことを感謝し 礼拝 祈り 賛美の時をともにする/夏の経験やこれまでの遊びからイメージを共有し 友だちと遊ぶ楽しさを感じる/空や太陽 風など季節の変化に気づき 戸外で体を動かす事を心地よく感じる

4・5 歳児<く落ちいい>皆で礼拝に集い ともに守ることで心が満たされる/友だちと仲間（群れ）になって過ごすことやイメージやルールを作り出し一緒に遊ぶことをうれしいと思う/自分が好きな遊びの始まりから終わりまでの過程を繰り返し楽しみ その都度「これでよし」と心身ともに充実感を味わう

<さんびか> 『ちから』（幼児さんびかⅡ 46）『どんどこどんどこ』（こどもさんびか2 129）

<おやつ音楽> 『Pop Hit March 2006』



<行事>

日	月	火	水	木	金	土
	1 月曜礼拝・避難訓練	2	3	4	5	6 出前育児講座
7	8 敬老の日礼拝 絵本講演会	9	10	11 体操教室①	12 消防記念式典 (ほしぐみ)	13
14	15 祝日	16	17	18	19 誕生会	20
21	22 月曜礼拝	23 祝日	24	25 体操教室②	26	27
28	29	30 運動会総合練習 おたより掲載	職員の行事 2日(火)保育マイスター研修 8日(月)幼児研修 24日(水)職員会議 予告 10月4日(土)運動会 10月25日(土)浅生ふれあいまつり<ほしぐみ>			

9月9日は 救急の日 ～救急処置について

日ごろからけがや病気には気をつけたい。ですが、けがや病気は予期せぬ時にやってくるもの。そこで、傷の手当てや対処等についてお伝えします。いざ！という時のために備えてご一読ください。

擦り傷 傷口についた砂やごみを流水で洗い流してから消毒をします。表面に出血などあればガーゼで覆いますが、乾燥後ガーゼが剥がれなくなるので、傷にくっつかないタイプのガーゼを使用すると良いでしょう。

切り傷 出血が多い時はガーゼで圧迫して止血をします。止血後に傷がふさがる程度なら消毒して傷テープで構いませんが1センチ程度を超す傷や深い傷は外科にかかりましょう。

打撲 まず冷やす。保冷材はそのままではなく、濡れタオルに包んで患部に当てます。場所によっては、ひどく腫れていると骨折のこともあります。病院に受診しましょう。頭の打撲の場合は、ひとまず子どもが泣き、その後活気があって機嫌よく過ごせればよいですが、ぐったりしている、吐き気がある、ならば早急に受診をします。24時間は様子を見るようにします。

けいれん 突然にボーっとする、声をかけても反応がない（薄い）、焦点が合わない、黒目の位置がおかしい、体の一部が小刻みに震えている、体が突っ張り硬直している、など症状は様々です。特に高熱の時には、熱性けいれんを起こすことがあるので注意が必要です。おかしいと思ったら、時計を確認。症状がどのくらいの時間で治まるか見ておきましょう。呼吸が止まってしまうことはまれで、唇の色が紫になっていなければ大丈夫です。嘔吐したときに吐物が口から出るように、横向きに寝かせて救急車を呼びます。近くに人がいれば救急車を呼んでもらってください。けいれんが治まったように見えても、その後吐き気を伴うことなどあるので、しばらくは注意してそばにいてください。



救急箱の確認をしよう！

ご家庭の救急箱。普段よく使うものはよいのですが、意外と使用期限が切れているものがあるかもしれません。定期的に確認して備えをおきましょう。



10月4日（土）は運動会

第1部はひよこ・うさぎ・ひつじぐみで運動遊びごっこ、第2部はひかり・つき・ほしぐみで運動会、の2部制で昨年同様に企画中。人数制限はありませんが、手狭な園庭ですから、敷物はご使用いただけません。立ち見になりますのでご了承ください。

詳細は後日お知らせいたします。是非ご予約ください。楽しいひとときを共に過ごしましょう。

令和7年度 献立表 9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	月	牛乳	パン	パン	レバーボール トマト わかめスープ	牛乳 あられ おやついりこ	鶏レバー みそ 卵つなぎ スキムミルク わかめ 牛乳 いりこ	ロールパン ピーナッツ 小麦粉 サラダ油 スープの素 あられ	人参 玉ねぎ ピーマン トマト ねぎ	Iℓℓℓℓℓ-:469kcal たんぱく質:22.3g 脂質:21.2g 食塩相当量:2.1g	Iℓℓℓℓℓ-:525kcal たんぱく質:24.8g 脂質:22.7g 食塩相当量:2.5g	牛乳 カップケーキ	Iℓℓℓℓℓ-:129kcal たんぱく質:4.2g 脂質:7.8g 食塩相当量:0.2g	Iℓℓℓℓℓ-:149kcal たんぱく質:4.5g 脂質:8.9g 食塩相当量:0.2g
2	火	牛乳	ごはん	ごはん	魚のみそ煮 和風サラダ えのきと豆腐のすまし汁	牛乳 鉄強化ウエハース クッキー	白身魚 みそ 竹輪 豆腐 煮干し 出し昆布 牛乳	米 砂糖 醤油 酒 ごま 酢 鉄強化ウエハース クッキー	生姜 キャベツ 胡瓜 人参 えのきたけ 玉ねぎ 葱	Iℓℓℓℓℓ-:449kcal たんぱく質:22g 脂質:15.4g 食塩相当量:1.3g	Iℓℓℓℓℓ-:501kcal たんぱく質:24.4g 脂質:15.6g 食塩相当量:1.8g	牛乳 せんべい	Iℓℓℓℓℓ-:90kcal たんぱく質:3.9g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.2g	Iℓℓℓℓℓ-:98kcal たんぱく質:4g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.2g
3	水	牛乳	ごはん	ごはん	ハヤシ汁 ひじきサラダ	牛乳 丸ボーロ	牛肉 ひじき 牛乳	米 パター 小麦粉 醤油 スープの素 トマトケチャップ 砂糖 トマトピューレ ごま油 ウスターソース 酢 丸ボーロ	玉ねぎ グリーンピース キャベツ 胡瓜 人参	Iℓℓℓℓℓ-:481kcal たんぱく質:16.4g 脂質:17.8g 食塩相当量:1.3g	Iℓℓℓℓℓ-:535kcal たんぱく質:17.4g 脂質:18.4g 食塩相当量:1.6g	牛乳 クッキー	Iℓℓℓℓℓ-:102kcal たんぱく質:3.8g 脂質:6g 食塩相当量:0.1g	Iℓℓℓℓℓ-:112kcal たんぱく質:3.9g 脂質:6.6g 食塩相当量:0.2g
4	木	牛乳	ごはん	ごはん	パプリカと鶏肉の南蛮漬 かぼちゃのみそ汁	固形ヨーグルト	鶏肉 油揚げ みそ 煮干し 牛乳 鉄強化 ウエハース	米 上新粉 片栗粉 サラ ダ油 砂糖 醤油 みりん 酒 酢 クラッカー	玉ねぎ パプリカ(赤) パ プリカ(黄) ピーマン 南 瓜 葱	Iℓℓℓℓℓ-:500cal たんぱく質:20.1g 脂質:18.4g 塩相当量:1.4g	Iℓℓℓℓℓ-:549kcal たんぱく質:21.3g 脂質:19g 食塩相当量:1.7g	牛乳 ドーナッツ	Iℓℓℓℓℓ-:120kcal たんぱく質:3.9g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.2g	Iℓℓℓℓℓ-:134kcal たんぱく質:4.7g 脂質:6.1g 食塩相当量:0.2g
5	金	牛乳	ごはん	ごはん	厚揚げの中華風煮 えのきだけスープ	牛乳 かりんとう	厚揚げ 豚肉 牛乳	米 サラダ油 砂糖 醤油 スープの素 酢 かりん とう	人参 玉ねぎ たけのこ キャベツ ねぎ さやい んげん えのきたけ	Iℓℓℓℓℓ-:445kcal たんぱく質:18.3g 脂質:15.5g 食塩相当量:1.4g	Iℓℓℓℓℓ-:493kcal たんぱく質:19.8g 脂質:15.7g 食塩相当量:1.7g	牛乳 おかき	Iℓℓℓℓℓ-:95kcal たんぱく質:4.5g 脂質:5.7g 食塩相当量:0.2g	Iℓℓℓℓℓ-:103kcal たんぱく質:4.1g 脂質:4.8g 食塩相当量:0.2g
6	土	牛乳		パン	肉みそうどん バナナ	牛乳 サブレ	鶏ひき肉 赤味噌 全 卵 牛乳	うどん 砂糖 スープの素 サラダ油 サブレ	胡瓜 もやし トマト 生 姜 バナナ	Iℓℓℓℓℓ-:444kcal たんぱく質:18.2g 脂質:16.5g 食塩相当量:1.7g	Iℓℓℓℓℓ-:615kcal たんぱく質:20.1g 脂質:15.7g 食塩相当量:1.7g	牛乳 あられ	Iℓℓℓℓℓ-:91kcal たんぱく質:3.9g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.2g	Iℓℓℓℓℓ-:99kcal たんぱく質:4.1g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.3g
8	月	牛乳	パン	パン	ひじきハンバーグ トマト キャベツのスープ	牛乳 せんべい	合挽肉 ひじき スキ ムミルク 卵つなぎ チーズ 牛乳	ロールパン パン粉 醤油 サラダ油 トマトケチャップ スープの素 せんべい	玉ねぎ トマトキャベツ スイートコーン(ホール) パセ リ	Iℓℓℓℓℓ-:470kcal たんぱく質:21.6g 脂質:20.7g 食塩相当量:1.9g	Iℓℓℓℓℓ-:524kcal たんぱく質:24g 脂質:22.4g 食塩相当量:2.3g	牛乳 ビスケット	Iℓℓℓℓℓ-:95kcal たんぱく質:3.9g 脂質:4.6g 食塩相当量:0.2g	Iℓℓℓℓℓ-:103kcal たんぱく質:4.1g 脂質:4.8g 食塩相当量:0.2g
9	火	牛乳	ごはん	ごはん	白身魚のいそべ揚げ 胡瓜と人参のごま酢和え 青梗菜とかまぼこのすまし汁	牛乳 おかき チーズ	白身魚 青のり かま ぼこ 煮干し 出し昆布 牛乳 チーズ	米 片栗粉 上新粉 サラ ダ油 酢 砂糖 醤油 ごま おかき	胡瓜 人参 青梗菜	Iℓℓℓℓℓ-:430kcal たんぱく質:21.6g 脂質:15.3g 食塩相当量:1.5g	Iℓℓℓℓℓ-:477kcal たんぱく質:23.8g 脂質:15.3g 食塩相当量:1.9g	牛乳 クッキー	Iℓℓℓℓℓ-:102kcal たんぱく質:3.8g 脂質:6g 食塩相当量:0.1g	Iℓℓℓℓℓ-:112kcal たんぱく質:3.9g 脂質:6.6g 食塩相当量:0.2g
10	水	牛乳	ごはん	ごはん	凍豆腐の卵とじ ナスと玉ねぎのみそ汁	牛乳 *ジャムサンド	凍豆腐 鶏ひき肉 全 卵 みそ 煮干し 牛乳	米 じゃがいも サラダ油 砂 糖 醤油 酒 食パン いちご ジャム	人参 ピーマン 干し しいたけ ナス 玉ねぎ 葱	Iℓℓℓℓℓ-:477kcal たんぱく質:21.5g 脂質:16.5g 食塩相当量:1.6g	Iℓℓℓℓℓ-:538kcal たんぱく質:24g 脂質:16.8g 食塩相当量:2.1g	牛乳 クラッカー	Iℓℓℓℓℓ-:109kcal たんぱく質:3.9g 脂質:6.1g 食塩相当量:0.3g	Iℓℓℓℓℓ-:109kcal たんぱく質:4.2g 脂質:6.1g 食塩相当量:0.3g
11	木	牛乳	ごはん	ごはん	ひき肉とコーンのカレー 小松菜とかにかまのドレッシングあえ	牛乳 せんべい	合挽肉 スキムミルク ビザチーズ 牛乳 カ ニ風味かまぼこ	米 じゃが芋 サラダ油 小麦 粉 パター トマトケチャップ スープの素 胡麻ドレッシング せんべい	玉ねぎ 人参 スイート コーン(ホール) グリーン ピース 小松菜	Iℓℓℓℓℓ-:484kcal たんぱく質:19.3g 脂質:18.8g 食塩相当量:1.9g	Iℓℓℓℓℓ-:544kcal たんぱく質:20.9g 脂質:20g 食塩相当量:2.6g	牛乳 サブレ	Iℓℓℓℓℓ-:98kcal たんぱく質:3.8g 脂質:5.1g 食塩相当量:0.1g	Iℓℓℓℓℓ-:107kcal たんぱく質:3.9g 脂質:5.5g 食塩相当量:0.1g
12	金	牛乳	パン	パン	ポークビーンズ 野菜スープ	牛乳 かりんとう	豚肉 ゆで大豆 牛乳	ロールパン じゃが芋 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 かりんとう	人参 玉ねぎ グリー ンピース キャベツ 小松 菜	Iℓℓℓℓℓ-:448kcal たんぱく質:20.4g 脂質:17.9g 食塩相当量:1.8g	Iℓℓℓℓℓ-:499kcal たんぱく質:22.4g 脂質:18.5g 食塩相当量:2.2g	牛乳 カステラ	Iℓℓℓℓℓ-:111kcal たんぱく質:4.4g 脂質:4.6g 食塩相当量:0.1g	Iℓℓℓℓℓ-:124kcal たんぱく質:4.7g 脂質:4.8g 食塩相当量:0.1g
13	土	牛乳	ごはん	ごはん	牛肉とキャベツのごまみそ炒め 人参と春雨のスープ	牛乳 ビスケット	牛肉 みそ わかめ 牛乳	米 酒 砂糖 サラダ油 ご ま 春雨 スープの素 ビス ケット	キャベツ ピーマン 玉 ねぎ 人参 ねぎ	Iℓℓℓℓℓ-:476kcal たんぱく質:17.2g 脂質:18.5g 食塩相当量:1.3g	Iℓℓℓℓℓ-:529kcal たんぱく質:18.3g 脂質:19.4g 食塩相当量:1.6g	牛乳 ウエハース	Iℓℓℓℓℓ-:96kcal たんぱく質:3.9g 脂質:4.9g 食塩相当量:0.2g	Iℓℓℓℓℓ-:105kcal たんぱく質:4.1g 脂質:5.2g 食塩相当量:0.2g
17	水	牛乳	パン	パン	春雨とちりめんの油炒め 小松菜と卵の中華スープ	牛乳 *マカロニの黄粉あえ	白す干し 豚肉 全卵 牛 乳 黄粉	ロールパン 春雨 サラダ油 醤油 スープの素 ゴマ油 片 栗粉 マカロニ 砂糖	人参 さやいんげん 玉 ねぎ キャベツ 小松菜 スイートコーン(ホール)	Iℓℓℓℓℓ-:457kcal たんぱく質:21.5g 脂質:17.5g 食塩相当量:1.8g	Iℓℓℓℓℓ-:509kcal たんぱく質:23.3g 脂質:18.3g 食塩相当量:2.4g	牛乳 ビスケット	Iℓℓℓℓℓ-:95kcal たんぱく質:3.9g 脂質:4.6g 食塩相当量:0.2g	Iℓℓℓℓℓ-:103kcal たんぱく質:4.1g 脂質:4.8g 食塩相当量:0.2g
19	金	牛乳			バター炊き込みご飯・白身魚のから 揚げ・トマトと胡瓜のサラダ・わかめ のすまし汁・オレンジ	ゼリー	ウインナー 白身魚 わかめ 煮干し 出し 昆布 牛乳	米 醤油 みりん パター スー プの素 片栗粉 上新粉 サラ ダ油 酢 ゼリー クッキー	スイートコーン(ホール) パセリ トマト 胡瓜 葱 人参 オレンジ	Iℓℓℓℓℓ-:447kcal たんぱく質:19.7g 脂質:12.3g 食塩相当量:1.5g	Iℓℓℓℓℓ-:486kcal たんぱく質:21.2g 脂質:11.8g 食塩相当量:2.0g	牛乳 丸ボーロ	Iℓℓℓℓℓ-:90kcal たんぱく質:4g 脂質:4g 食塩相当量:0.1g	Iℓℓℓℓℓ-:97kcal たんぱく質:4.1g 脂質:4g 食塩相当量:0.1g

9月は防災月間です。家族で避難場所や経路を確認したり、防災用品の点灯確認、備蓄食品の消費期限の確認をしましょう！ 今日からできる防災対策としては、家族それぞれが必要とする薬の確認や補充。食べ物では、買い置きを多めにして、古い物から食べる「ローリングストック」などがあります。それぞれが無理のない範囲で、お家の防災を見直してみしましょう！

*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	Iℓℓℓℓℓ - Kcal	たんぱ く質 g	脂質 g	カルシウ mg	鉄 mg	ビタミン				食塩 相当量 g
								A μgRE	B 1 mg	B 2 mg	C mg	
								未 満 児	基 準 量	470	15～23	11～16
平均栄養価	463(489)	20.0	17.3	315	2.2	351	0.25		0.43	22	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	525(553)	21.9	17.8	281	2.7	401	0.28	0.39	26	2.0	

※月平均栄養価は昼食分のみの表記。

令和7年度 離乳献立表 9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		午前	離乳食 5～6カ月頃	離乳食 7か月頃～	
					昼食	午後おやつ		昼食	午後	
1		牛乳	パン	パン	レバーボール トマト わかめスープ	牛乳 あられ おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) 刻み野菜煮(野菜25) 人参のスープ(野菜10・コンソメ1)	全粥(米20) 野菜のそぼろ煮(ひき肉10・野菜20) 人参のスープ(野菜20・コンソメ1)	ミルク おじや(米20・野菜10) トマト煮(トマト15)
2	16 火	牛乳	ごはん	ごはん	魚のみそ煮 和風サラダ えのきと豆腐のすまし汁	牛乳 鉄強化ウエハース クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐と野菜の煮物(野菜15) すまし汁(野菜15)	全がゆ(米20) 煮魚ほぐしと野菜煮(魚10・野菜20) 豆腐のすまし汁(野菜20)	ミルク 牛乳がゆ(米20・野菜10・牛乳30) 人参の甘煮(20)
3	30 水	牛乳	ごはん	ごはん	ハヤシ汁 ひじきサラダ	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10)・サツマイモ煮(魚10・野菜20) キャベツスープ(野菜20)	全粥(米20)・ツマイモのそぼろ煮(魚20・野菜30) キャベツスープ(豆腐20)	ミルク 野菜がゆ(米20・野菜10) オニオンスープ(野菜15)
4	24 木	牛乳	ごはん	ごはん	パプリカと鶏肉の南蛮漬 かぼちゃのみそ汁	固形ヨーグルト	ミルク	5分がゆ(米10) 南瓜煮(野菜15) 野菜のすまし汁(20)	全がゆ(米20) かぼちゃのそぼろ煮(ひき肉10・野菜20) 野菜のすまし汁(野菜20)	ミルク 野菜がゆ(米20・野菜10) ヨーグルト(25)
5	18 金	牛乳	ごはん	ごはん	厚揚げの中華風煮 えのきだけスープ	牛乳 かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) 薩摩芋のつぶし煮(豆腐20・野菜15) 野菜スープ(野菜10)	全がゆ(米20) 薩摩芋のそぼろあん(南瓜20・ひき肉10・野菜20) 野菜スープ(野菜15)	ミルク 牛乳がゆ(米20・青野菜10・) キャベツの刻み煮(10)
6	20 土	牛乳		パン	肉みそうどん バナナ	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米10) 刻みうどんと野菜煮(野菜20) トマトの柔らか煮(15)	全がゆ(米20) 刻み煮こみうどん(ひき肉10・野菜20) トマトの柔らか煮(15)	ミルク 卵がゆ(米20・卵5) バナナつぶし(15)
8	22 月	牛乳	パン	パン	ひじきハンバーグ トマト キャベツのスープ	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) じゃがいもやわらか煮(野菜25) キャベツのスープ(野菜15)	全がゆ(米20) 野菜のそぼろ煮(ひき肉10・野菜20) キャベツスープ(野菜15)	ミルク 野菜おじや(米20・野菜10) オニオンスープ(30)
9		牛乳	ごはん	ごはん	白身魚のいそべ揚げ 胡瓜と人参のごま酢和え 青梗菜とかまぼこのすまし汁	牛乳 おかき チーズ	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐と野菜の煮物(野菜15) すまし汁(野菜15)	全がゆ(米20) 煮魚ほぐしと野菜煮(魚10・野菜20) 豆腐のすまし汁(野菜20)	ミルク 牛乳がゆ(米20・野菜10・牛乳30) 人参の甘煮(20)
10	26 水	牛乳	ごはん	ごはん	凍豆腐の卵とじ ナスと玉ねぎのみそ汁	牛乳 *ジャムサンド	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐の吉野煮(野菜15) 玉ねぎのすまし汁(野菜15)	全がゆ(米20) 豆腐の吉野煮(ひき肉10・野菜25) 玉ねぎのすまし汁(野菜15)	ミルク 卵がゆ(米20・野菜10・卵10) ナスのスープ(野菜20)
11	25 木	牛乳	ごはん	ごはん	ひき肉とコーンのカレー 小松菜とがりがまのドレッシングの	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) じゃが芋のやわらか煮(野菜20) 人参のおろし煮(15)	全がゆ(米20) 肉じゃが風煮(ひき肉10・野菜20) 人参のスープ(小松菜15)	ミルク 小松菜がゆ(米20・野菜10) オニオンスープ(15)
12		牛乳	パン	パン	ポークビーンズ 野菜スープ	牛乳 かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) じゃが芋と人参のやわらか煮(野菜30) 野菜スープ(野菜15)	全がゆ(米20) 野菜のそぼろ煮(ひき肉10・野菜20) 野菜スープ(野菜15)	ミルク みどりがゆ(米20・野菜10) ポテトマッシュ(25)
13	27 土	牛乳	ごはん	ごはん	牛肉とキャベツのごまみそ炒め 人参と春雨のスープ	牛乳 ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) さつまいも煮(豆腐10・野菜20) 刻み春雨スープ(野菜15・春雨1)	全がゆ(米20) さつまいものそぼろ煮(ひき肉10・野菜20) 刻み春雨スープ(野菜25)	ミルク 牛乳がゆ(米20・牛乳15) キャベツスープ(野菜25)
17	29 水	牛乳	パン	パン	春雨とちりめんの油炒め 小松菜と卵の中華スープ	牛乳 *マカロニの黄粉あえ	ミルク	5分がゆ(米10) じゃが芋と野菜の煮物(野菜25) 刻み小松菜スープ(キャベツ20)	全がゆ(米20) じゃが芋のケチャップ煮(ひき肉10・野菜25) 小松菜スープ(キャベツ15)	ミルク 卵がゆ(米20・野菜10) 野菜ポタージュ(野菜20)
19		牛乳			バター炊き込みご飯・白身魚のから揚げ・トマトと胡瓜のサラダ・わかめのすまし汁・オレンジ	ゼリー	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物(麩1・野菜15) 刻み野菜のすまし汁(20)	全がゆ(米20) 煮魚ほぐしとさつまいも煮(魚10・野菜20) 刻み野菜のすまし汁(野菜20)	ミルク トマトがゆ(米20・トマト10) 刻み胡瓜のおかか煮(野菜30・かつお節1)