



<聖句> 「その名はインマヌエルと呼ばれる」

この名は「神はわれわれと共におられる」という意味である マタイによる福音書1章23節

自分が最後に”泣いた”のはいつだったか、思い出すことができますか。『ないた』(金の星社)という絵本には「こわくてないた」「さびしくてないた」というシーンがあり、読んでいてもちょっと切なさを感じます。赤ちゃんは、困ったことや嫌な気持ちになると泣いてその感情を知らせ、助けを求めます。SOSです。でもおうちの人と一緒に大丈夫、おともだちと一緒に大丈夫、と少しずつ経験を重ね、ついにはひとりでも大丈夫なことが増えてきます。そして人は大人になり、自立していきます。とはいっても、大人でも泣きたくなることがありますね。できない自分を責めたり、落ち込んだりするとき、自分をジャッジせず、すべての感情を一度「よし」とすること、とマインドフルネスの講師から伺ったことがあります。神さまはわたしたちを”良し”としてこの世に送り出してくださり、愛する私たちと”共にいる”の証として、幼子イエスキリストを与えてくださいました。神さまに愛されているという温もりと共にいることの喜び、そして感謝の思いをもって12月を過ごします。

平田 敬子

<月主題>

- 0歳児くわくわくするね>クリスマスの雰囲気を感じてくわくわくする。/絵本を見てうたを歌って楽しく過ごし、気持ちが満たされる。/外気に触れ、冬の訪れを感じる。
- 1・2歳児くわくわくするね>クリスマスの雰囲気を全身で感じ、くわくわくしながらイエスさまのお誕生を祝う。/保育者や友だちといろいろな形で喜びを表現する。/風や空気の冷たさ、日の入りの早さなど変化を感じ、冬の訪れを感じる。
- 3歳児<よろこびいっぱい>イエスさまのお誕生の話を聞き、イエスさまが私たちにためにお生まれになったことを知り喜ぶ。/4,5歳児の姿に憧れたり真似をしながら、賛美したり体を使ってクリスマスの喜びを表現する。/寒くなってくる季節の中でも戸外で遊びを楽しみ、続いてきた遊びも大切にする。
- 4・5歳児<知らせよう>本当のクリスマスを知り、家族や友だち、クリスマスを初めて迎える小さい組の子どもたちに、その喜びを知らせようとする。/誰かの為に祈ること、またプレゼントをもらうだけでなく、心を込めて準備し贈ることの嬉しさを経験する。/うたや踊りや劇、飾り作り、アドベントカレンダーなど様々なことを通してクリスマスを共に待つことを楽しむ。

<さんびか> 『おほしがひかる』(こどもさんびか22)

「おほしがひかる ひかひか～」と歌いながら小さい子どもが手首をひねる様子が可愛らしい曲です。

2番にはラクダが歩く様子が歌詞にあります。

博士が星を目当てに、イエスキリストのお生まれになった馬小屋へ向かう場面がうたわれています。

『そらにひびくかねが』(こどもさんびか23)

”空に響く鐘”と題している通り、クリスマスの喜びを表している曲です。

時々子どもが鼻歌にしています。

前奏から曲の調子がよく、周りで聞いていてもワクワクする曲調です。

<おやつの音楽> Wings of a dove Anthony Way



<行事>



日	月	火	水	木	金	土
	1 第2アドベント 礼拝	2 避難訓練 総合練習 (つき・ほし)	3 総合練習 (ひつじ・ひかり)	4 総合練習 (ひよこ・うさぎ)	5	6
7	8 第3アドベント 礼拝	9 総合練習 (つき・ほし)	10 総合練習 (ひつじ・ひかり)	11 体操教室① ページェント前撮り (ほし)	12	13 あいじえんの クリスマス 礼拝・祝会
14	15 月曜礼拝	16	17	18 おいもクッキング (ほし)	19 誕生会	20
21 教会の クリスマス礼拝	22 月曜礼拝	23	24 燭火礼拝 (北九州教会)	25 体操教室② クリスマス	26 終園礼拝 おたより掲載	27
28	29 年末休み	30 年末休み	31 年末休み	<u>年末年始は12月29日～1月3日がお休みです</u> <u>緊急連絡先はTEL093(871)3245まで</u>		

職員の行事 1日保幼小連携研修 4日・9日・22日保護者・子育て支援研修 11日施設長研修 17日新任保育士研修 19日相談員研修

23日職員会議

クリスマスに思いをよせて～

先日あるご婦人から声をかけられました。このあたりに昔「隣光舎」があったはずなのですがとのこと。聞くところによると「隣光舎」を卒園されたとか。そうです、こここそがその場所で、今は名前を変えて「ナオミ愛児園」になっていますとお伝えしました。ご婦人は目を細めて懐かしそうに、小さいころ過ごしたハイカラな園舎のこととか、当時食べたヌガー（当時はとてもハイカラな食べ物だったそうです）とか、先生方の名前まで記憶にあるようで、50年ぶりかしら…とお話してくださいました。

50年後の子どもたちが、今をどのように記憶しているかはわかりませんが、今の「ナオミ愛児園」が子どもにとって、温もりある、よい記憶の場所となっていることを祈ります。

もうすぐクリスマス。代々引き継ぐイエスさまの降誕劇（ページェント）は今年もほしごみの子どもたちが立派に演じてくれることでしょう。お楽しみに！



インフルエンザなど感染症に注意

今年は早いうちからインフルエンザが流行しましたが、ナオミ愛児園では11月末現在、幸いにも流行には至っていません。保護者の皆さまが日ごろから感染症対策をしてくださっているおかげだと感謝申し上げます。

引き続き、外出後は手洗いうがいを入念にし、休養と栄養をたっぷりとて、感染症を予防しましょう。

なおインフルエンザの出席停止は、熱が出た翌日から数えて5日間、さらに解熱した翌日から数えて3日間となります。ご了承ください。

園内の感染症については、玄関内の掲示板にお知らせボードを掲載しています。ご確認ください。



令和7年度 献立表 12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 22月	牛乳	パン	パン	かぼちゃシチュー ツナサラダ	牛乳 あられ	鶏もも肉 スキミルク まぐろ油漬け 牛乳	ロールパン サラダ油 スープ の素 小麦粉 バター 酢 砂糖 あられ	南瓜 玉ねぎ 人参 マッシュルーム パセリ キャベツ 胡瓜	I摂 ^目 -:494kcal たんぱく質:19.8g 脂質:22.1g 食塩相当量:1.9g	I摂 ^目 -:556kcal たんぱく質:21.8g 脂質:23.9g 食塩相当量:2.2g	牛乳 カステラ	I摂 ^目 -:111kcal たんぱく質:4.4g 脂質:4.8g 食塩相当量:0.1g	I摂 ^目 -:124kcal たんぱく質:4.7g 脂質:4.8g 食塩相当量:0.1g
2火 16火	牛乳	ごはん	ごはん	厚揚げと小松菜の和風炒め はるさめのすまし汁	牛乳 *ほうれん草の カップケーキ	厚揚げ 豚肉 かつお 節 わかめ 煮干し 出し昆布 牛乳 チー ズ	米 醤油 みりん 砂糖 サ ラダ油 春雨 ホットケー キ ミックス	小松菜 人参 玉ねぎ 葱 ほうれん草	I摂 ^目 -:456kcal たんぱく質:19.7g 脂質:16.2g 食塩相当量:1.5g	I摂 ^目 -:512kcal たんぱく質:21.6g 脂質:16.5g 食塩相当量:1.7g	牛乳 かりんとう	I摂 ^目 -:95kcal たんぱく質:4.5g 脂質:5.7g 食塩相当量:0.2g	I摂 ^目 -:103kcal たんぱく質:4.1g 脂質:4.8g 食塩相当量:0.2g
3水 11木	牛乳	パン	パン	レンコンの揚げ団子 ブロッコリーのごまマヨあえ オニオングル	牛乳 おかげ おやついりこ	白身魚すり身 卵つな ぎ ぎゅうにゅう お やついりこ	ロールパン 片栗粉 サラ ダ油 スープの素 ごま ご ま油マヨネーズ あられ	レンコン 人参 玉ねぎ 生姜 ブロッコリー パ セリ	I摂 ^目 -:464kcal たんぱく質:21.6g 脂質:20.4g 食塩相当量:1.9g	I摂 ^目 -:520kcal たんぱく質:24g 脂質:21.9g 食塩相当量:2.4g	牛乳 ビスケット	I摂 ^目 -:95kcal たんぱく質:4.5g 脂質:5.7g 食塩相当量:0.2g	I摂 ^目 -:103kcal たんぱく質:4.1g 脂質:4.8g 食塩相当量:0.2g
4木 17水	牛乳	ごはん	ごはん	すきやき えのきと人参のすまし汁	飲むヨーグルト おかげ	牛肉 豆腐 煮干し 出し昆布 飲むヨーグ ルト(鉄多め)	米 しらたき サラダ油 砂 糖 醤油 おかげ	人参 玉ねぎ 白菜 白葱 えのきだけ 葱	I摂 ^目 -:455kcal たんぱく質:20.8g 脂質:12.1g 食塩相当量:1.5g	I摂 ^目 -:510kcal たんぱく質:20.8g 脂質:21.3g 食塩相当量:1.9g	牛乳 クラッカー	I摂 ^目 -:111kcal たんぱく質:4.4g 脂質:4.8g 食塩相当量:0.1g	I摂 ^目 -:124kcal たんぱく質:4.7g 脂質:4.8g 食塩相当量:0.1g
5金 15月	牛乳		パン	チャンポン みかん	牛乳 丸ボーロ	豚肉 かまぼこ さつ ま揚げ 牛乳	米 中華麺 ごま油 サラダ油 酒 スープの素 鶏ガラスープ の素 醤油 丸ボーロ	人参 キャベツ もやし 玉ねぎ ねぎ みかん	I摂 ^目 -:408kcal たんぱく質:19g 脂質:13.6g 食塩相当量:1.9g	I摂 ^目 -:570kcal たんぱく質:21g 脂質:12.3g 食塩相当量:1.9g	牛乳 あられ	I摂 ^目 -:91kcal たんぱく質:3.9g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.2g	I摂 ^目 -:99kcal たんぱく質:4.1g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.3g
6土	牛乳	ごはん	ごはん	肉団子スープ マカロニサラダ(ハム)	牛乳 せんべい	鶏ひき肉 ハム 牛乳	米 片栗粉 春雨 醤油 スープの素 ゴマ油 マカ ロニ マヨネーズ せんべい	玉ねぎ 人参 白菜 葱 生姜 胡瓜	I摂 ^目 -:483kcal たんぱく質:17.7g 脂質:17.7g 食塩相当量:1.7g	I摂 ^目 -:539kcal たんぱく質:18.8g 脂質:18.2g 食塩相当量:2.1g	牛乳 クッキー	I摂 ^目 -:102kcal たんぱく質:3.8g 脂質:6.6g 食塩相当量:0.2g	I摂 ^目 -:112kcal たんぱく質:3.9g 脂質:6.6g 食塩相当量:0.2g
8月 25木	牛乳	ごはん	ごはん	ポークカレー 野菜サラダ	牛乳 かりんとう	豚肉 スキミルク 牛乳	米 ジャガイモ サラダ油 小麦粉 バ ター ケチャップ スープの素 醋 砂糖 醤油 かりんとう	玉ねぎ 人参 グリーン ピース キャベツ 胡瓜 生 姜 にんにく りんご	I摂 ^目 -:519kcal たんぱく質:20.5g 脂質:16.6g 食塩相当量:1.6g	I摂 ^目 -:589kcal たんぱく質:20.9g 脂質:17.3g 食塩相当量:2g	牛乳 サブレ	I摂 ^目 -:98kcal たんぱく質:3.8g 脂質:5.1g 食塩相当量:0.1g	I摂 ^目 -:107kcal たんぱく質:3.9g 脂質:5.5g 食塩相当量:0.1g
9火 26金	牛乳	ごはん	ごはん	煮魚 南瓜の含め煮 青梗菜のみぞ汁	牛乳 クッキー	白身魚 煮干し みそ 油揚げ 牛乳	米 酒 砂糖 醤油 サラダ油 クッキー	生姜 南瓜 青梗菜 人 参 玉ねぎ	I摂 ^目 -:468kcal たんぱく質:20.1g 脂質:16g 食塩相当量:1.5g	I摂 ^目 -:527kcal たんぱく質:22g 脂質:16.2g 食塩相当量:1.7g	牛乳 丸ボーロ	I摂 ^目 -:90kcal たんぱく質:4g 脂質:4g 食塩相当量:0.1g	I摂 ^目 -:97kcal たんぱく質:4.1g 脂質:4g 食塩相当量:0.1g
10水 18木	牛乳	ごはん	ごはん	鶏肉のみぞ焼き 里芋の煮物 麸のすまし汁	牛乳 クラッcker	鶏肉 みそ わかめ 煮干し 出し昆布 牛 乳	米 みりん サラダ油 酒 砂糖 里芋 醤油 麺 クラッcker	人参 玉ねぎ 葱	I摂 ^目 -:521kcal たんぱく質:22.4g 脂質:23.5g 食塩相当量:1.4g	I摂 ^目 -:529kcal たんぱく質:25g 脂質:25.5g 食塩相当量:1.7g	牛乳 クッキー	I摂 ^目 -:102kcal たんぱく質:3.8g 脂質:6.6g 食塩相当量:0.2g	I摂 ^目 -:112kcal たんぱく質:3.9g 脂質:6.6g 食塩相当量:0.2g
12金 23火	牛乳	ごはん	ごはん	豚肉と野菜のじょうが風味焼き 大根のみぞ汁	牛乳 ドーナツ	豚肉 油揚げ みそ 煮干 し 牛乳	米 サラダ油 砂糖 醤油 片栗 粉 ドーナツ	人参 玉ねぎ ピーマン パ プリカ(赤) パプリカ(黄) しいたけ 生姜 大根 葱	I摂 ^目 -:499kcal たんぱく質:19.8g 脂質:19.6g 食塩相当量:1.2g	I摂 ^目 -:564kcal たんぱく質:21.8g 脂質:20.8g 食塩相当量:1.2g	牛乳 おかき	I摂 ^目 -:91kcal たんぱく質:3.9g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.2g	I摂 ^目 -:99kcal たんぱく質:4.1g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.3g
24水	牛乳	パン	パン	レバーボール ブロッコリー えのきとわかめのスープ	牛乳 サブレ	鶏レバー みそ 卵つな ぎ	ロールパン ピーナッツ 小麦 粉 サラダ油 砂糖 醤油 ス ープの素 サブレ	人参 玉ねぎ ピーマン ブロッコリー えのきた け ねぎ	I摂 ^目 -:499kcal たんぱく質:22.9g 脂質:23.8g 食塩相当量:1.9g	I摂 ^目 -:562kcal たんぱく質:25.4g 脂質:25.8g 食塩相当量:2.2g	牛乳 ウエハース	I摂 ^目 -:96kcal たんぱく質:3.9g 脂質:4.9g 食塩相当量:0.2g	I摂 ^目 -:105kcal たんぱく質:4.1g 脂質:5.2g 食塩相当量:0.2g
20土 27土	牛乳		パン	親子うどん バナナ	牛乳 ビスケット	鶏肉 かまぼこ 全卵 煮干し 出し昆布 牛 乳	うどん サラダ油 砂糖 醤油 酒 ビスケット	人参 玉ねぎ ほうれん 草 バナナ	I摂 ^目 -:431kcal たんぱく質:18.1g 脂質:15.7g 食塩相当量:1.6g	I摂 ^目 -:599kcal たんぱく質:20.1g 脂質:14.7g 食塩相当量:1.7g	牛乳 あられ	I摂 ^目 -:91kcal たんぱく質:3.9g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.2g	I摂 ^目 -:99kcal たんぱく質:4.1g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.3g
19金	牛乳			ケチャップライス 鶏のから揚げ グリーンサラダ コーンスープ みかん	牛乳 カステラ	鶏肉 ベーコン 牛乳	米 スープの素 バター トマト ケチャップ 片栗粉 上新粉 サラダ油 醋 砂糖 カステラ	玉ねぎ 人参 グリーン ピース 生姜 キャベツ 胡 瓜 スイートコーン パセリ みかん	I摂 ^目 -:622kcal たんぱく質:23.6g 脂質:25.8g 食塩相当量:2.1g	I摂 ^目 -:722kcal たんぱく質:26.1g 脂質:28.3g 食塩相当量:2.6g	牛乳 サブレ	I摂 ^目 -:96kcal たんぱく質:3.9g 脂質:4.9g 食塩相当量:0.2g	I摂 ^目 -:105kcal たんぱく質:4.1g 脂質:5.2g 食塩相当量:0.2g

12月22日は一年で最も昼が短くなる『冬至』です。冬至に「ん」のつく食べ物を食べると運気が向上する、冬至に南瓜を食べると風邪をひかないと、言われています。南瓜に含まれるデンプンは消化しやすく、ビタミン、ミネラル、食物繊維も多く含んでいる為、冬の寒さや、疲れで、体調を壊しやすい時期に、「南瓜」を吃るのは理にかなうともされています。ぜひ、ご家庭でも「南瓜」料理を一品、プラスしてみてはいかがでしょうか？
*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摂 ^目 - Kcal	たんぱ く質 g	脂質 g	加シム mg	鉄 mg	ビタミン				食塩 相当量
								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
	平均栄養価		480(508)	19.6	18.2	293	1.7	385	0.28	0.44	29	1.6
以上児	基 準 量		570	18～29	13～19	270	2.3	225	0.23	0.36	18	1.6
	平均栄養価		559(589)	21.5	18.8	256	2.3	440	0.33	0.4	35	1.9

※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 12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ヶ月頃		離乳食 7ヶ月頃~	
				昼食	午後おやつ		昼食	午後	昼食	午後
1月 22月	牛乳	パン	パン	かぼちゃシチュー ツナサラダ	牛乳 あられ	ミルク	5分がゆ(米10) 南瓜のクリーム 煮(野菜15) 野菜の刻み煮(20)	全がゆ(米20) かぼちゃシ チュー(ひき肉10・野菜30) 胡 瓜の刻み煮(野菜20)	ミルク パンがゆ(パン20・牛乳 100) キャベツスープ(25)	
2火 16火	牛乳	ごはん	ごはん	厚揚げと小松菜の和風炒め はるさめのすまし汁	牛乳 *ほうれん草の カップケーキ	ミルク	5分がゆ(米10) ジャガイものや わらかの煮(野菜25) はるさめ (野菜15)	全がゆ(米20) ジャガイモと人参 のコンソメ煮(ひき肉10・野菜 20) 春雨のすまし汁(春雨1.野 菜15)	ミルク 小松菜がゆ(米20・野菜 10) 人参ポタージュ(30)	
3水 11木	牛乳	パン	パン	レンコンの揚げ団子 ブロッコリーのごまマヨあえ オニオンスープ	牛乳 おかき おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) さつまいもの 煮物(野菜15) ブロッコリーの刻 み煮(野菜15)	全がゆ(米20) さつまいものそ ぼろ煮(ひき肉10・野菜20) ブ ロッコリーの刻み煮(野菜20)	ミルク パンがゆ(パン20・牛乳 100) オニオンスープ(20)	
4木 17水	牛乳	ごはん	ごはん	すきやき えのきと人参のすまし汁	飲むヨーグルト おかき	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐の吉野煮 (野菜15) 白菜のすまし汁(野菜 15)	全がゆ(米20) 豆腐の吉野煮 (魚10・野菜20) 白菜のすまし 汁(野菜20)	ミルク 牛乳がゆ(米20・野菜 10・牛乳30) オニオンスープ (21)	
5金 15月	牛乳	パン	パン	チャンポン みかん	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) かぼちゃ煮(野 菜15) 野菜スープ(20)	全がゆ(米20) 野菜のそぼろ煮 (ひき肉10・野菜30) キャベツ スープ(野菜20)	ミルク 野菜がゆ(米20・野菜5) みかんほぐし(25)	
6土	牛乳			肉団子スープ マカロニサラダ(ハム)	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) 刻み野菜のコン ソメ煮(野菜20) 野菜スープ (15)	全がゆ(米20) マカロニのケ チャップ煮(ひき肉10・野菜20・ スパゲッティ10) 春雨のスープ (15)	ミルク チーズがゆ(米20・粉 チーズ1) オニオンスープ(15)	
8月 25木	牛乳	ごはん	ごはん	ポークカレー 野菜サラダ	牛乳 かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) ジャガイもやわ らかの煮(野菜25) 野菜スープ (野菜15)	全がゆ(米20) シチュー(ひき肉 10・野菜30) キャベツのおかか あえ(野菜15)	ミルク 野菜おじや(米20・野菜 10) 野菜スープ(20)	
9火 26金	牛乳	ごはん	ごはん	煮魚 南瓜の含め煮 青梗菜のみそ汁	牛乳 クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) さつまいも煮 (豆腐10・野菜20) 青梗菜のす まし汁(野菜15・麩1)	全がゆ(米20) さつまいも煮と 煮魚ほぐし(魚10・野菜30) 青 梗菜のすまし汁(野菜25・麩1)	ミルク 牛乳がゆ(米20・牛乳 15) みかんほぐし(25)	
10水 18木	牛乳	ごはん	ごはん	鶏肉のみぞ焼き 里芋の煮物 麩のすまし汁	牛乳 クラッカー	ミルク	5分がゆ(米10) 大根と人参の 刻み煮(野菜30) 刻み麩のすま し汁(野菜15)	全がゆ(米20) 里芋と人参のそ ぼろ煮(ひき肉10・野菜40) 麩 のすまし汁(野菜25)	ミルク 野菜がゆ(米20・牛乳 15) ポタージュ(25)	
12金 23火	牛乳	ごはん	ごはん	豚肉と野菜のしょうが風味焼き 大根のみぞ汁	牛乳 ドーナツ	ミルク	5分がゆ(米10) ジャガイモのやわ らか煮(野菜20) 野菜のすまし 汁(15)	全がゆ(米20) 大根と人参のそ ぼろ煮(ひき肉10・野菜30) 野 菜のすまし汁(15)	ミルク チーズがゆ(米20・野菜 10・粉チーズ) 刻みわかめス ープ(15)	
24水	牛乳	パン	パン	レバーボール ブロッコリー えのきとわかめのスープ	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米10) さつまいもの 煮物(野菜15) ブロッコリーの刻 み煮(野菜15)	全がゆ(米20) さつまいものそ ぼろ煮(ひき肉10・野菜20) ブ ロッコリーの刻み煮(野菜20)	ミルク パンがゆ(パン20・牛乳 100) オニオンスープ(20)	
20土 27土	牛乳	パン	パン	親子うどん バナナ	牛乳 ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) かぼちゃ煮(野 菜30) 玉ねぎのすまし汁(野菜 15)	全がゆ(米20) 刻み煮ごみうど ん(ひき肉10・野菜40) かぼ ちゃマッシュ(野菜25)	ミルク 牛乳がゆ(米20・牛乳 15) バナナつぶし(25)	
19金	牛乳			ケチャップライス 鶏のから揚げ グリーンサラダ コーンスープ みかん	牛乳 カステラ	ミルク	5分がゆ(米10) ジャガイモのケ チャップ煮(豆腐10・野菜20) 野菜スープ(野菜15)	全がゆ(米20) ポテトのケチャッ プ煮(ひき肉10・野菜40) 野菜 スープ(野菜25)	ミルク ブロッコリーがゆ(米20・ 野菜10) みかんほぐし(25)	