



園 だ よ り

毎月 1 日発行

<1月の聖句>

イエスは 知恵が増し 背丈も伸び 神と人とに愛された

ルカによる福音書 2章 52節

あけましておめでとうございます。本年も皆さまに主のお守りがありますようお祈りいたします。

さて今月の聖句には、クリスマスにお生まれになったイエスさまの、その後の成長が記されています。

「知恵」とは何か。「知識や経験をもとに物事の道理を理解し、正しく判断したり、うまく問題を解決したりする能力や心の働き」とAIが答えてくれます。けれど単に年を取れば「知恵」が増すというものではありません。弱い心から詐欺に加担したり、驕り高ぶったりする大人には、知恵が備わっているとは言い難く、自身もまた、この年になってさえ弱い存在だと自覚することもあります。正しい判断や問題解決、心の働きを備えて保ち続けることはなかなか難しいことなのだとと思わされることしきりです。

ところでアフガニスタンを最後まで支援し、銃撃により死に至った中村哲という方がおられました。彼は「どの時代、どの場所でも、1番大切なのは命です」「道で倒れている人がいたら手を差し伸べる。それは普通のことです」とおっしゃいました。いわゆる机上の勉学も大切ですが、人として成長する土台には知恵と勇気、そして当たり前のことですが「愛」が必要です。彼のような生き方はなかなかできるものではありませんが、本園がたくさんの神さまの「愛」を携えて、地域に根差す保育園として、神さまに導かれますように。本年も子どもをまんなかにして、各ご家庭や地域と共にたくさんの交流を重ねながら、恵みあふれる日々となるように祈ります。日ごろから神さまにいただいているたくさんのお恵みに感謝し、ナオミ愛児園につながる子どもたちが、イエスさまがお育ちになったと同じように健やかに、日々成長させていただきますように。そして何よりも子どもたちの平和と平安を心から祈ります。 平田 敬子

<月主題>

- 0歳児<いっしょ>神さまに守られていることを感じ、安心して過ごす。/友だち、保育者といふことを喜び、関わろうとする。「自分で」という意思が強くなり、やってみようとする。
- 1・2歳児<いっしょ>神さまに愛され自分も友だちも大切にされていることを感じ、喜ぶ。/友だちと一緒に楽しむ。/冬の自然を感じながら体を使って楽しく遊ぶ。
- 3歳児<じっくりと>クリスマスにお生まれになったイエスさまを身近に感じながら聖書のお話を聞く。/伝承遊びや季節の遊びなどを通して、友だちとじっくり過ごすことを楽しむ。/空気や風、水などの冷たさ寒さを感じながら、戸外に出て自然の変化をみつける。
- 4・5歳児<広がる>クリスマスの感謝と喜びの余韻の中、聖書に記されたイエスさまの子ども時代からの生涯に心をとめて、礼拝する。/友だちとアイデアを出しあい、遊びを広げていくことを楽しみながら、じっくりと遊ぶ。/吐く息の白さ、空気の冷たさ、霜、氷、雪、木々の冬芽などから冬を五感で感じる。

<さんびか> 『 ちいさいいのちが 』 (こどもさんびか2) 『 いつくしみふかき 』 (こどもさんびか1)

<おやつの音楽> りんごのあそびうた

<行事予定>

日	月	火	水	木	金	土
				1 年始休み	2 年始休み	3 年始休み
4	5 新年(始園)礼拝	6 避難訓練	7	8 体操教室①	9	10
11	12 祝日	13	14	15 フリースペース 「ひかりのこ」	16 誕生会	17
18	19 月曜礼拝	20 サッカー教室 (つき・ほし)	21	22 体操教室②	23	24
25	26 月曜礼拝	27	28	29	30 おたより配布	31

*** 今後の予定 2月7日(土)保護者会 3月21日(土)卒園式 *** ご予定ください

1月の職員の行事 9~10日(土日)キリスト教保育主任研修会 14日(水)実習担当者研修会

15日(木)保育に関する研修会 16日(金)第三者評価研修 23日(金)職員会議

「会話」と「対話」ってどう違う？ ~対話によって主体性を育む~

普段あまり気にはしていないけれど「会話」と「対話」は、どのように違うのか。検索しますと、『会話が「使い捨て」に近い気軽な言葉のやり取りなら、対話は「一緒に考える」「本質に迫る」行為であり、目的意識と深さが大きく異なります』ということだそうです。

子どもとの関わりで大切なのは「対話」の方。互いにどんなことを考え、どんな風に思っているかということが理解できたとき、相互理解が深められていきます。一方的な考え方の押し付けでなく、一緒に考えながら、問題解決ができるいくと自信にも繋がります。

保育園でもご家庭でも、「対話」を大切にされる子どもは自分を大切にされているという実感が持てます。子どもの主体性を大切にするということは、自己主張を叶えることではなく、自分も周りも大切にし、共に育むこと。さあ今日も、子どもたちと対話を楽しみましょう。



*クリスマス献金のご協力をいただきありがとうございました。 献金総額は40,918円でした。「キリスト教保育連盟(災害支援も含めて)」「重症児(者)施設久山療育園」「大牟田恵愛園」「北九州キリスト教会」の4つの施設、団体にクリスマス献金としてお捧げいたします。たくさんのお祈りとご厚意に心から感謝いたします。

*年末年始の休暇は12月29日から1月3日までです。休暇中、緊急のご用がありましたら、ナオミ愛児園(093-871-3245)までご連絡ください。

令和7年度 献立表 1月

日	曜	主食		献立名		三食食品群(赤・黄・緑)					栄養価		献立		栄養価	
		未満児	以上児	午前 おやつ	昼食	午後おやつ	体をつくる 血や肉になる(赤)	力や体温のもと(黄)	体の調子を整える(緑)	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	未満児	以上児
5月	26月	ごはん	ごはん	牛乳	チキンカレー フルーツ和え	牛乳 せんべい	鶏肉 スキムミルク 牛乳	米 じゃがいも サラダ油 バター 小麦粉 トマトケチャップ スープの素 せんべい	玉ねぎ にんじん グリンピース みかん(缶) もも(缶) パイン (缶)	エネルギー: 513kcal たんぱく質: 17.8g 脂質: 15.9g 食塩相当量: 1.6g	エネルギー: 579kcal たんぱく質: 19.2g 脂質: 16.3g 食塩相当量: 2.2g	牛乳 サブレ	エネルギー: 98kcal たんぱく質: 3.8g 脂質: 5.1g 食塩相当量: 0.1g	エネルギー: 107kcal たんぱく質: 3.9g 脂質: 5.5g 食塩相当量: 0.1g		
6火	23金	ごはん	ごはん	牛乳	白身魚と野菜のケチャップあえ しいたけのすまし汁	牛乳 みかん	白身魚 煮干し だし昆布 牛乳	米 片栗粉 サラダ油 砂糖 トマト ケチャップ 酒 しょうゆ	玉ねぎ ピーマン にんじん しい たけ ねぎ みかん	エネルギー: 507kcal たんぱく質: 19.4g 脂質: 16.7g 食塩相当量: 1.1g	エネルギー: 574kcal たんぱく質: 21.1g 脂質: 17g 食塩相当量: 1.3g	牛乳 あられ	エネルギー: 91kcal たんぱく質: 3.9g 脂質: 3.9g 食塩相当量: 0.2g	エネルギー: 99kcal たんぱく質: 4.1g 脂質: 3.9g 食塩相当量: 0.3g		
7水	19月	ごはん	ごはん	牛乳	鶏のから揚げ ブロッコリー かぶのスープ	牛乳 クラッカー チーズ	鶏肉 牛乳 チーズ	米 片栗粉 上新粉 サラダ油 しょうゆ 砂糖 スープの素 クラッカー	しょうが かぶ キャベツ スイートコーン パセリ ブロッコリー	エネルギー: 497kcal たんぱく質: 22.7g 脂質: 23.7g 食塩相当量: 1.5g	エネルギー: 560kcal たんぱく質: 25.2g 脂質: 25.8g 食塩相当量: 1.9g	牛乳 せんべい	エネルギー: 90kcal たんぱく質: 3.9g 脂質: 3.9g 食塩相当量: 0.2g	エネルギー: 98kcal たんぱく質: 4.1g 脂質: 3.9g 食塩相当量: 0.2g		
8木				牛乳	かわり七草がゆ ちくわのいそべ揚げ みかん	牛乳 メロンパン	鶏もも だし昆布 竹輪 青のり 牛乳	米 小麦粉 サラダ油 メロンパン	ほうれんそう 大根 にんじん 白菜 水菜 みかん	エネルギー: 465kcal たんぱく質: 17.2g 脂質: 17.8g 食塩相当量: 1.4g	エネルギー: 523kcal たんぱく質: 18.2g 脂質: 18.3g 食塩相当量: 1.7g	牛乳 あられ	エネルギー: 91kcal たんぱく質: 3.9g 脂質: 4.1g 食塩相当量: 0.2g	エネルギー: 99kcal たんぱく質: 3.9g 脂質: 3.9g 食塩相当量: 0.3g		
9金		パン	パン	牛乳	ボルシチ ツナサラダ	牛乳 *豆乳もち	牛肉 エバミルク まぐろ油漬 牛乳 豆乳 きな粉	ロールパン じゃがいも バター スープの素 トマトケチャップ 酢 サラダ油 砂糖 片栗粉	にんじん 玉ねぎ キャベツ きゅうり	エネルギー: 484kcal たんぱく質: 21g 脂質: 23.5g 食塩相当量: 1.7g	エネルギー: 543kcal たんぱく質: 22.9g 脂質: 25.7g 食塩相当量: 2.2g	牛乳 丸ぼーと	エネルギー: 90kcal たんぱく質: 4g 脂質: 4g 食塩相当量: 0.1g	エネルギー: 97kcal たんぱく質: 4.1g 脂質: 4g 食塩相当量: 0.1g		
10土	24土		ごはん	牛乳	みそラーメン バナナ	牛乳 かりんとう	豚ひき肉 みそ 牛乳	米 中華めん サラダ油 鶏がらスープの素 しょうゆ 砂糖 かりんとう	キャベツ にんじん もやし スイートコーン ねぎ バナナ	エネルギー: 441kcal たんぱく質: 19.3g 脂質: 16.5g 食塩相当量: 1.7g	エネルギー: 610kcal たんぱく質: 21.3g 脂質: 15.5g 食塩相当量: 1.7g	牛乳 クッキー	エネルギー: 102kcal たんぱく質: 3.8g 脂質: 3.9g 食塩相当量: 0.1g	エネルギー: 112kcal たんぱく質: 3.9g 脂質: 6.6g 食塩相当量: 0.2g		
13火	22木	パン	パン	牛乳	ブロカリシチュー 鉄分たっぷりほうれん草サラダ	固体ヨーグルト あられ	鶏もも 鉄強化牛乳 ひじき まぐろ油漬 ヨーグルト	ロールパン じゃがいも サラダ油 スープの素 バター 小麦粉 マヨ ネーズ ごま しょうゆ 砂糖 あられ	カリフラワー にんじん 玉ねぎ ブロッコリー ほうれんそう スイートコーン	エネルギー: 469kcal たんぱく質: 19.9g 脂質: 20g 食塩相当量: 2g	エネルギー: 512kcal たんぱく質: 20.9g 脂質: 21.7g 食塩相当量: 2.4g	牛乳 かりんとう	エネルギー: 95kcal たんぱく質: 3.9g 脂質: 4.1g 食塩相当量: 0.1g	エネルギー: 103kcal たんぱく質: 3.9g 脂質: 5g 食塩相当量: 0.1g		
14水	29木	ごはん	ごはん	牛乳	さつま汁 卵の花のいり煮	牛乳 *ホットケーキ	豚肉 みそ 煮干し おから 鶏ひき肉 かつお節 牛乳 スキムミルク 卵つなぎ	米 さつまいも サラダ油 砂糖 しょうゆ 酒 バター ホットケーキミックス	大根 ごぼう にんじん 白菜 ねぎ 干しいたけ しょうが	エネルギー: 483kcal たんぱく質: 19.8g 脂質: 15.7g 食塩相当量: 1.5g	エネルギー: 543kcal たんぱく質: 21.6g 脂質: 16.1g 食塩相当量: 1.8g	牛乳 ピスケット	エネルギー: 95kcal たんぱく質: 3.9g 脂質: 4.1g 食塩相当量: 0.2g	エネルギー: 103kcal たんぱく質: 3.9g 脂質: 4.8g 食塩相当量: 0.2g		
15木	27火	ごはん	ごはん	牛乳	いり卵豆腐 青梗菜と油揚げのみそ汁	飲むヨーグルト 丸ぼーと	鶏ひき肉 さつま揚げ 豆腐 全卵 油揚げ みそ 煮干し 飲むヨーグルト	米 サラダ油 砂糖 しょうゆ 丸ぼーと	にんじん 玉ねぎ キャベツ グリンピース チンゲンサイ	エネルギー: 465kcal たんぱく質: 19.8g 脂質: 12g 食塩相当量: 1.4g	エネルギー: 521kcal たんぱく質: 21.9g 脂質: 11.3g 食塩相当量: 1.8g	牛乳 ウエハース	エネルギー: 96kcal たんぱく質: 3.9g 脂質: 4.1g 食塩相当量: 0.2g	エネルギー: 105kcal たんぱく質: 3.9g 脂質: 5.2g 食塩相当量: 0.2g		
16金				牛乳	小豆ごはん 魚のから揚げ グリーンサラダ 青梗菜と玉ねぎのすまし汁 みかん	プリン	あずき 白身魚 煮干し だし 昆布 牛乳	米 もち米 さつまいも 片栗粉 上新粉 サラダ油 酢 砂糖 しょうゆ プリン	ブロッコリー きゅうり スイートコーン チンゲンサイ にんじん 玉ねぎ みかん	エネルギー: 453kcal たんぱく質: 20.6g 脂質: 13.9g 食塩相当量: 1.6g	エネルギー: 488kcal たんぱく質: 21.2g 脂質: 12.5g 食塩相当量: 1.8g	牛乳 クラッカー	エネルギー: 99kcal たんぱく質: 4g 脂質: 4.2g 食塩相当量: 0.2g	エネルギー: 109kcal たんぱく質: 4.2g 脂質: 6.1g 食塩相当量: 0.3g		
17土	31土		ごはん	牛乳	かやくうどん バナナ	牛乳 クッキー	牛肉 油揚げ かまぼこ 煮干し だし昆布 牛乳	米 うどん サラダ油 砂糖 しょうゆ クッキー	にんじん ほうれんそう バナナ	エネルギー: 444kcal たんぱく質: 17g 脂質: 19.4g 食塩相当量: 1.5g	エネルギー: 616kcal たんぱく質: 18.9g 脂質: 19.1g 食塩相当量: 1.5g	牛乳 カステラ	エネルギー: 111kcal たんぱく質: 4.4g 脂質: 4.6g 食塩相当量: 0.1g	エネルギー: 124kcal たんぱく質: 4.7g 脂質: 4.8g 食塩相当量: 0.1g		
20火		パン	パン	牛乳	レバーとピーナッツの野菜炒め はくさいスープ	牛乳 サブレ	鶏レバー 豚ひき肉 牛乳	ロールパン ピーナッツ じゃがいも サラダ油 片栗粉 ウスターーソース 酒 サブレ トマトケチャップ スープ の素	にんじん 玉ねぎ ピーマン 白 菜 しょうが ねぎ	エネルギー: 464kcal たんぱく質: 21.5g 脂質: 22.5g 食塩相当量: 1.6g	エネルギー: 525kcal たんぱく質: 23.8g 脂質: 22.9g 食塩相当量: 1.9g	牛乳 おかき	エネルギー: 91kcal たんぱく質: 3.9g 脂質: 4.1g 食塩相当量: 0.2g	エネルギー: 99kcal たんぱく質: 3.9g 脂質: 3.9g 食塩相当量: 0.3g		
21水		ごはん	ごはん	牛乳	がめ煮 玉ねぎとわかめのみそ汁	牛乳 おかき おやついりこ	鶏肉 わかめ みそ 煮干し 牛乳 いりこ	米 里いも こんにゃく サラダ油 砂糖 しょうゆ おかき	にんじん れんこん ごぼう 干し しいたけ さやいんげん 玉ねぎ ねぎ	エネルギー: 421kcal たんぱく質: 16.9g 脂質: 12.6g 食塩相当量: 1.5g	エネルギー: 467kcal たんぱく質: 18.1g 脂質: 12.9g 食塩相当量: 2g	牛乳 ドーナツ	エネルギー: 120kcal たんぱく質: 4.5g 脂質: 5.7g 食塩相当量: 0.2g	エネルギー: 134kcal たんぱく質: 4.7g 脂質: 6.1g 食塩相当量: 0.2g		
28水		パン	パン	牛乳	ボルシチ ツナサラダ	牛乳 ビスケット	牛肉 エバミルク まぐろ油漬 牛乳	ロールパン じゃがいも バター スープの素 トマトケチャップ 酢 サラダ油 砂糖 ビスケット	にんじん 玉ねぎ キャベツ きゅうり	エネルギー: 484kcal たんぱく質: 21g 脂質: 23.5g 食塩相当量: 1.7g	エネルギー: 543kcal たんぱく質: 22.9g 脂質: 25.7g 食塩相当量: 2.2g	牛乳 丸ぼーと	エネルギー: 90kcal たんぱく質: 4g 脂質: 4.1g 食塩相当量: 0.1g	エネルギー: 97kcal たんぱく質: 4.1g 脂質: 4.8g 食塩相当量: 0.1g		
30金		ごはん	ごはん	牛乳	雑煮 ひじきと油揚げの炒め煮	牛乳 バナナ	鶏もも かまぼこ 煮干し だし 昆布 ひじき 油揚げ 牛乳	米 里いも しょうゆ 冷凍白玉(以上児のみ) サラダ油 砂糖	にんじん 白菜 小松菜 バナナ	エネルギー: 471kcal たんぱく質: 17.2g 脂質: 12.9g 食塩相当量: 1.7g	エネルギー: 495kcal たんぱく質: 16.7g 脂質: 11.5g 食塩相当量: 1.8g	牛乳 ビスケット	エネルギー: 95kcal たんぱく質: 3.9g 脂質: 4.6g 食塩相当量: 0.2g	エネルギー: 103kcal たんぱく質: 4.1g 脂質: 4.8g 食塩相当量: 0.2g		

1月は、寒さが厳しくなる時期です。体を温める食材としては、「根菜」や「生姜」、「味噌や発酵食品」が、お勧めです。また、年末年始で食べすぎてしまった方は、急なダイエットは控え、軽い運動と、胃にやさしい温かい食事でゆっくり体調を整えていきましょう。

*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。

*月平均栄養価は、昼食分のみを表記しています。



月平均栄養価	年齢	区分	エネルギー - Kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム 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
以上児	基 準 量		470(498)	19.3	17.3	285	1.8	384	0.24	0.43	26	1.5
未満児	平均栄養価		570	18~29	13~19	270	2.3	225	0.23	0.36	18	1.6未満
以上児	平均栄養価		546(575)	21	17.5	244	2.4	437	0.27	0.39	32	1.8

令和7年度 離乳食献立表 1月

日	曜	主食		献立名			午前	離乳食(5~6ヵ月頃)	離乳食(7ヵ月頃~)	
		未満児	以上児	午前 おやつ	昼食	午後おやつ		昼食	午後	
5月	26月	ごはん	ごはん	牛乳	チキンカレー フルーツ和え	牛乳 せんべい	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) オニオングラウンド(玉ねぎ15・麩1)	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 牛乳がゆ(米20・野菜10・牛乳30) 人参の甘煮(人参20)
6火	23金	ごはん	ごはん	牛乳	白身魚と野菜のケチャップあえ しいたけのすまし汁	牛乳 みかん	ミルク	5分がゆ(米10) 魚と野菜のおろし煮(白身魚10・野菜10) すまし汁(野菜15)	全がゆ(米20) 潬し野菜煮と煮魚ほぐし(野菜30・白身魚20) 青梗菜のすまし汁(20)	ミルク おじや(米20・野菜20) つぶしみかん(みかん20)
7水	19月	ごはん	ごはん	牛乳	鶏のから揚げ ブロッコリー かぶのスープ	牛乳 クラッカー チーズ	ミルク	5分がゆ(米10) ブロッコリーのとろとろ煮(ブロッコリー20) かぶのスープ(野菜15)	全がゆ(米20) ブロッコリーのそぼろ煮(ひき肉15・ブロッコリー25) かぶのスープ(野菜15)	ミルク チーズがゆ(米20・チーズ2・野菜10) 野菜のあえもの(野菜20)
8木				牛乳	かわり七草がゆ くわのいそべ揚げ ん	牛乳 メロンパン	ミルク	5分がゆ(米10) 里芋と人参のやわらか煮(麩1・野菜20) 刻み白菜のすまし汁(15)	全がゆ(米20) 里芋と人参のそぼろ煮(ひき肉10・野菜30) 刻み白菜のすまし汁(16)	ミルク 野菜がゆ(米20・野菜10) みかんほぐし(20)
9金		パン	パン	牛乳	ボルシチ ツナサラダ	牛乳 *豆乳もち	ミルク	5分がゆ(米10) ジャガイモの煮物(野菜30) おろしきゅうり煮(きゅうり15)	全がゆ(米20) ポテトのケチャップ煮(米20・ツナ10・野菜10) 刻みきゅうりサラダ(きゅうり15)	ミルク パンがゆ(パン20・牛乳50) オニオンスープ(20)
10土	24土		ごはん	牛乳	みそラーメン バナナ	牛乳 かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツと麩の刻み煮(麩1・キャベツ20) 刻み野菜スープ(20)	全粥(米20) キャベツのそぼろ煮(ひき肉10・野菜30) 刻み野菜スープ(20)	ミルク 野菜がゆ(米20・ひき肉10・野菜10) バナナつぶし(20)
13火	22木	パン	パン	牛乳	ブロカリシチュー 鉄分たっぷりほうれん草サラダ	固形ヨーグルト あられ	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) ブロッコリーのとろとろ煮(ブロッコリー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 パンがゆ(パン20・牛乳50)・ブロッコリーの刻み煮
14水	29木	ごはん	ごはん	牛乳	さつま汁 卵の花のいり煮	牛乳 *ホットケーキ	ミルク	5分がゆ(米10) 白菜のとろとろ煮(野菜20) さつまいもペースト(さつまいも19)	全がゆ(米20) みそ汁(野菜25) 白菜のそぼろ煮(ひき肉15・白菜29)	ミルク さつまいもがゆ(米20・野菜20) 人参ポタージュスープ(人参30・牛乳20)
15木	27火	ごはん	ごはん	牛乳	いり卵豆腐 青梗菜と油揚げのみそ汁	飲むヨーグルト 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐の吉野煮(豆腐25・野菜10) 刻み野菜のすまし汁(野菜15)	全がゆ(米20) 野菜の卵とじ(卵15・野菜25) 野菜のみそ汁(野菜15)	ミルク みどりがゆ(米20・青梗菜10) オニオングラウンド(玉ねぎ15)
16金				牛乳	小豆ごはん 魚のから揚げ グリー ンサラダ 青梗菜と玉ねぎのすまし汁 みかん	プリン	ミルク	5分がゆ(米10) 魚と野菜のおろし煮(白身魚10・野菜10) すまし汁(野菜15)	全がゆ(米20) 潰し野菜煮と煮魚ほぐし(野菜30・白身魚20) 青梗菜のすまし汁(20)	ミルク おじや(米20・野菜20) つぶしみかん(みかん20)
17土	31土		ごはん	牛乳	かやくうどん バナナ	牛乳 クッキー	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 ほうれん草がゆ(米20・野菜10) 人参スープ(20)
20火		パン	パン	牛乳	レバーとピーナッツの野菜炒め はくさいスープ	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米10) ジャガイモと人参のつぶし煮(麩1・野菜20) 野菜スープ(野菜15)	全がゆ(米20) ジャガイモのケチャップ煮(米20・野菜30) 野菜スープ(20)	ミルク パンがゆ(パン20・牛乳30) オニオングラウンド(玉ねぎ10)
21水		ごはん	ごはん	牛乳	がめ煮 玉ねぎとわかめのみそ汁	牛乳 おかき おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物(麩1・野菜20) おろしきゅうり(きゅうり15)	全がゆ(米20) ポテトのケチャップ煮(米20・ツナ10・野菜10) 刻みきゅうりサラダ(きゅうり15)	ミルク パンがゆ(パン20・牛乳50) オニオングラウンド(玉ねぎ10)
28水		パン	パン	牛乳	ボルシチ ツナサラダ	牛乳 ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) ジャガイモの煮物(野菜30) おろしきゅうり煮(きゅうり15)	全がゆ(米20) ポテトのケチャップ煮(米20・ツナ10・野菜10) 刻みきゅうりサラダ(きゅうり15)	ミルク パンがゆ(パン20・牛乳50) オニオングラウンド(玉ねぎ10)
30金		ごはん	ごはん	牛乳	雑煮 ひじきと油揚げの炒め煮	牛乳 バナナ	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物(麩1・野菜20) 野菜のすまし汁(野菜16)	全がゆ(米20) 野菜のそぼろ煮(米20・野菜30) 白菜のすまし汁(21)	ミルク 牛乳がゆ(米20・牛乳31) バナナつぶし