



# ナオミ愛児園 園だより

毎月1日発行

<6月の聖句>

見よ それは極めて 良かった

創世記 1章 31節

子どもを育てておられる方なら、子どもが自身で出来たことを訴えるように得意な顔をしてみせたり、自分の描いた絵や塗り絵した作品を「みて！みて！」と広げて見せたりする姿に気づいたことがおありかと思います。一生懸命にやった結果に「できた！」証拠でありますし、その結果をアピールして認めてほしいという思いは大人でも同じなのかもしれません。そして神さまも…。神さまが、この世のすべてをお創りになった際「よくできた」「よくできた」と言われたことが聖書に書かれています。ご自分がお創りになり、良しとして納得されたひとつひとつのもの(命)を、大切にしたいと願っていることは言うまでもないことでしょう。6月は梅雨の時節に入ります。天から水が注がれ、すべての命を潤す素晴らしい時節です。大人は雨を厄介に感じるがありますが、長靴や傘を使って歩くことは子どもにとって特別な経験。雨の時節を子どもたちと楽しみながら経験豊かに、命を潤されることに感謝して過ごす6月になりますように祈ります。

平田 敬子

<月主題>



➤ 0歳児<なになかな なになかな>

保育者の祈りやさんびにつつまれる

まわりの人や物に目を向け始める まわりの自然に五感を使って触れて感じる

➤ 1・2歳児<どれどれ>

保育者と一緒にさんびかを歌い、賛美に合わせて体を動かす

まわりの人やものに関心を持ち、関わろうとする

自然との関わりの中で様々な不思議にであう



➤ 3歳児<さわってみよう>

季節の移り変わりや出会う自然物を通して、神さまが創られた命の不思議を感じる

遊びや友だちとの関わりが少しずつ広がり「さわってみたい」「やってみたい」思いが出てくる中で、不安や葛藤もでてくる

雨や雲の様子、虫の動き、水・砂・泥など、様々なまわりのものに興味関心をもって五感をつかって遊ぶ

➤ 4・5歳児<考えてみよう>

神さまの恵みに感謝し、イエスさまがいつもともにいてくださることを心に留め、嬉しい時も悲しい時も祈る疑問に思ったことを考え調べ、友だちや保育者と意見を出し合いながら興味を持ったことに取り組む

雨や雲、雷などといった自然の変化や、梅雨期の特有な自然現象、生き物、植物に目を向け興味や関心を深める

<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』(ゴスペルさんびか)

<おやつ音楽> 『こどものうた 大入り袋』 Disk①

## <行事>

日	月	火	水	木	金	土
	1 月曜礼拝	2 避難訓練	3	4	5	6
7 菖蒲まつり	8 花の日礼拝	9	10 歯科検診(ほし・つき)	11 体操教室①	12 誕生会	13
14	15 父の日礼拝	16	17	18	19	20
21	22 月曜礼拝	23	24	25 体操教室②	26	27
28	29 月曜礼拝	30 おたより掲載	職員の予定 1.17.18 日乳児研修 3 日リーダー研修会 4 日応急手当講座 8 日保健安全研修 10 日マネジメント研修 19.20 日キ保連保育者研修会 23 日職員会議 27 日保育就職フェア			



## 食中毒にご用心

食中毒対策のポイントは3つ

- ①菌をつけない 食品を扱う前はしっかり手洗い
  - ②菌を増やさない 食品を放置せず正しく保管
  - ③菌をやっつける 食材や調理器具を加熱殺菌
- ご家庭でも調理器具の取扱いも



含めご注意ください。

ひかり・つき・ほしぐみは持参するお弁当箱を帰ったらきれいに洗い乾燥させましょう。

お弁当箱に入れる主食(ご飯・パン)は新しいものをご準備ください。ご飯は粗熱が冷めてから蓋をします。蓋に水蒸気が付着すると、食品が傷みやすくなりますのでご注意ください。

下痢や嘔吐症状の登園については、かかりつけ医の許可をいただくことが望ましいです。が、登園中に保育に支障がある場合(食事や遊びが通常通りにできない等)は、熱がなくても連絡させていただくことがありますのでご了承ください。

お子さんが安心して過ごせるように努めますので、ご理解ご協力をお願いします。

## 戸畑区保育まつり (in 菖蒲まつり) のご案内



2026年6月7日(日)夜宮公園菖蒲まつり内テントにおいて戸畑区保育まつりを行います。手作り玩具の配布をいたしますのでお時間のある方は、夜宮公園のびのび広場にぜひ遊びにきてください。

## 雨の日にぜひ～絵本のすすめ～

雨の日はお家時間が増えますね。

テレビやYouTubeではなく、お家で絵本はいかがでしょう。言葉を豊かにして、イメージを広げ、ごっこ遊びに発展するなど、子どもの遊びを絵本は豊かに広げてくれます。とはいえ、どんな絵本を選べばいいかわからない…そんな時に検索できるサイトを紹介します。それが🔍「にこっと絵本」🔍「絵本ナビ」です。どちらも、年齢や季節に応じて、すぐにでも読みたくなるような絵本に出会えます。

また戸畑図書館では毎月子ども向けのおはなし会なども催されています。休館日等についてはHPもしくは直接お問い合わせの上ご確認ください。(TEL:871-3464)



## <おしらせ>

- ・戸外に出る時は帽子をかぶり、こまめな水分補給を心がけましょう。熱中症アラート等により外遊びができないことがあります。ご了承願います。
- ・着替え袋や引き出しの衣替えを順次お声かけします。ご協力ください。
- ・長靴や傘に、記名をお願いします。

# 令和8年度 献立表 6月

ナオミ愛児園

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
1月	16火	ごはん	ごはん	牛乳	大豆入りカレー トマトとオクラのサラダ	ゼリー	牛ひき肉 ゆで大豆 バター 牛乳	米 トマトケチャップ 小麦粉 カ レー粉 サラダ油 ウスターソース スープの素 酢 しょうゆ ゼリー	玉ねぎ にんじん スイートコー ンじゃがいも トマト オクラ	I1補*:468kcal たんぱく質:19.4g 脂質:20.9g 食塩相当量:1.2g	I1補*:526kcal たんぱく質:20.9g 脂質:22g 食塩相当量:1.6g	牛乳 せんべい	I1補*:90kcal たんぱく質:3.9g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.2g	I1補*:98kcal たんぱく質:4g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.2g
2月	17水	ごはん	ごはん	牛乳	拌三系 チンゲンサイとひき肉のスープ	牛乳 メロンパン	ハム 全卵 豚ひき肉 牛乳	米 サラダ油 はるさめ 砂糖 酢 ごま油 しょうゆ スープの素 メロ ンパン	きゅうり チンゲンサイ しょうが にんじん ねぎ	I1補*:463kcal たんぱく質:17g 脂質:16g 食塩相当量:1.7g	I1補*:519kcal たんぱく質:18g 脂質:16.2g 食塩相当量:2g	牛乳 あられ	I1補*:91kcal たんぱく質:3.9g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.2g	I1補*:99kcal たんぱく質:4.1g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.3g
3月	23火	ごはん	ごはん	牛乳	煮魚 きゅうりのごまあえ そうめん汁	飲むヨーグルト かりんとう	白身魚 煮干し だし昆布 飲むヨーグルト(鉄多め) 牛乳	米 酒 砂糖 しょうゆ ごま そうめ ん かりんとう	しょうが きゅうり もやし 玉ね ぎ にんじん ねぎ	I1補*:432kcal たんぱく質:19.7g 脂質:8.2g 食塩相当量:1.4g	I1補*:479kcal たんぱく質:21.5g 脂質:6.4g 食塩相当量:1.7g	牛乳 カステラ	I1補*:111kcal たんぱく質:4.4g 脂質:4.6g 食塩相当量:0.1g	I1補*:124kcal たんぱく質:4.7g 脂質:4.8g 食塩相当量:0.1g
4月	26金	ごはん	ごはん	牛乳	豚肉と野菜のしょうが焼き 豆腐と油揚げのみそ汁	牛乳 *キャロットちゃん	豚肉 豆腐 油揚げ みそ 煮干し 牛乳 スキムミルク	米 サラダ油 砂糖 しょうゆ 片栗 粉 ホットケーキミックス	にんじん 玉ねぎ ピーマン パプリカ(赤) パプリカ(黄) しめじ しょうが ねぎ 干し ブドウ 人参ジュース	I1補*:458kcal たんぱく質:20.9g 脂質:14.9g 食塩相当量:1.1g	I1補*:512kcal たんぱく質:23g 脂質:14.9g 食塩相当量:1.4g	牛乳 ウエハース	I1補*:96kcal たんぱく質:3.9g 脂質:4.9g 食塩相当量:0.2g	I1補*:105kcal たんぱく質:4.1g 脂質:5.2g 食塩相当量:0.2g
5月	19金	ごはん	ごはん	牛乳	鶏肉のてり煮 小松菜とツナの中華あえ きのこわかめ中華スープ	牛乳 おかし	鶏肉 まぐろ油漬 わかめ 牛 乳	米 酒 砂糖 酢 しょうゆ みりん ごま油 スープの素 おかし	小松菜 にんじん えのきたけ なめこ スイートコーン たまねぎ	I1補*:491kcal たんぱく質:23.1g 脂質:18.5g 食塩相当量:1.9g	I1補*:553kcal たんぱく質:25.8g 脂質:19.4g 食塩相当量:2.1g	牛乳 マドレーヌ	I1補*:162kcal たんぱく質:4.7g 脂質:9.9g 食塩相当量:0.2g	I1補*:188kcal たんぱく質:5g 脂質:11.4g 食塩相当量:0.3g
6月	20土		パン	牛乳	レバーミートスパゲッティ 野菜スープ	牛乳 あられ	牛ひき肉 鶏レバー チーズ 牛乳	ロールパン スパゲッティ バター サラダ油 トマトケチャップ スープ の素 ウスターソース あられ	にんじん 玉ねぎ グリンピース キャベツ 小松菜	I1補*:396kcal たんぱく質:18.4g 脂質:14.3g 食塩相当量:2g	I1補*:535kcal たんぱく質:22.6g 脂質:17g 食塩相当量:2.8g	牛乳 丸ボーロ	I1補*:90kcal たんぱく質:4g 脂質:4g 食塩相当量:0.1g	I1補*:97kcal たんぱく質:4.1g 脂質:4g 食塩相当量:0.1g
8月	29月	パン	パン	牛乳	炒めビーフン わかめスープ	牛乳 サブレ	豚肉 かまぼこ わかめ 牛乳	ロールパン ビーフン サラダ油 しょうゆ スープの素 サブレ	にんじん 玉ねぎ キャベツ もやし 干しいたけ ねぎ	I1補*:476kcal たんぱく質:18.3g 脂質:20.7g 食塩相当量:1.9g	I1補*:537kcal たんぱく質:19.5g 脂質:21.9g 食塩相当量:2.3g	牛乳 かりんとう	I1補*:95kcal たんぱく質:3.9g 脂質:4.7g 食塩相当量:0.1g	I1補*:103kcal たんぱく質:4.1g 脂質:5g 食塩相当量:0.1g
9月	25木	ごはん	ごはん	牛乳	魚のマリネ もずく汁	牛乳 せんべい チーズ	白身魚 もずく かつお節 だし昆布 牛乳 チーズ	米 片栗粉 サラダ油 酢 砂糖 しょうゆ せんべい	玉ねぎ トマト きゅうり パセリ にんじん ねぎ	I1補*:450kcal たんぱく質:21.2g 脂質:17.8g 食塩相当量:1.2g	I1補*:507kcal たんぱく質:23.4g 脂質:18.4g 食塩相当量:1.5g	牛乳 クッキー	I1補*:102kcal たんぱく質:3.8g 脂質:6g 食塩相当量:0.1g	I1補*:112kcal たんぱく質:3.9g 脂質:6.6g 食塩相当量:0.2g
10月	24水	ごはん	ごはん	牛乳	鶏肉のみそ焼き アスパラガス、にんじん わかめと玉ねぎのすまし汁	牛乳 *フルーツポンチ	鶏肉 みそ わかめ 煮干し だし昆布 牛乳	米 みりん サラダ油 酒 砂糖 マヨネーズ しょうゆ	アスパラガス にんじん 玉ねぎ ねぎ スイートコーン パナナ イン(缶) みかん(缶) もも(缶)	I1補*:459kcal たんぱく質:19.9g 脂質:18.8g 食塩相当量:1.2g	I1補*:514kcal たんぱく質:21.5g 脂質:19.6g 食塩相当量:1.5g	牛乳 サブレ	I1補*:98kcal たんぱく質:3.8g 脂質:5.1g 食塩相当量:0.1g	I1補*:107kcal たんぱく質:3.9g 脂質:5.5g 食塩相当量:0.1g
11月	22月	パン	パン	牛乳	ごはん キャベツのハンバーグ トマト オニオンスープ	牛乳 ビスケット	合ひき肉 卵つなぎ 牛乳	米 パン粉 ウスターソース トマト ケチャップ サラダ油 酢 塩 スー プの素 ビスケット	キャベツ 玉ねぎ トマト にんじ ん パセリ スイートコーン	I1補*:485kcal たんぱく質:19g 脂質:18.9g 食塩相当量:1.3g	I1補*:546kcal たんぱく質:20.6g 脂質:19.9g 食塩相当量:1.6g	牛乳 おかし	I1補*:91kcal たんぱく質:3.9g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.2g	I1補*:99kcal たんぱく質:4.1g 脂質:3.9g 食塩相当量:0.3g
12月				牛乳	ガパオライス 鶏のから揚げ グリーンサラダ コーンスープ オレンジ	固形ヨーグルト	豚ひき肉 鶏肉 牛乳 ヨーグルト	米 砂糖 しょうゆ 塩 スープの素 酒 酢 サラダ油 片栗粉	玉ねぎ パプリカ(赤) ピーマン にんにく しょうが キャベツ 胡 瓜 スイートコーン パセリ オレ ンジ	I1補*:479kcal たんぱく質:23.4g 脂質:16.2g 食塩相当量:1.6g	I1補*:529kcal たんぱく質:25.3g 脂質:16.6g 食塩相当量:1.9g	牛乳 クラッカー	I1補*:99kcal たんぱく質:4g 脂質:5.6g 食塩相当量:0.2g	I1補*:109kcal たんぱく質:4.2g 脂質:6.1g 食塩相当量:0.3g
13月	27土		ごはん	牛乳	肉みそうどん バナナ	牛乳 丸ボーロ	鶏ひき肉 赤みそ 全卵 牛乳	米 うどん 砂糖 スープの素 サラダ油 丸ボーロ	きゅうり もやし トマト しょうが パナナ	I1補*:429kcal たんぱく質:18.5g 脂質:14.1g 食塩相当量:1.7g	I1補*:595kcal たんぱく質:20.6g 脂質:12.8g 食塩相当量:1.7g	牛乳 ビスケット	I1補*:95kcal たんぱく質:3.9g 脂質:4.6g 食塩相当量:0.2g	I1補*:103kcal たんぱく質:4.1g 脂質:4.8g 食塩相当量:0.2g
15月	30火	ごはん	ごはん	牛乳	厚揚げと小松菜の炒め物 かぼちゃのみそ汁	牛乳 鉄強化ウエハース ビスケット	厚揚げ 豚肉 かつお節 みそ 煮干し 牛乳	米 しょうゆ みりん 砂糖 サラダ油 鉄強化ウエハース ビスケット	小松菜 にんじん 玉ねぎ かぼちゃ ねぎ	I1補*:462kcal たんぱく質:19g 脂質:17.3g 食塩相当量:1.2g	I1補*:519kcal たんぱく質:20.6g 脂質:17.6g 食塩相当量:1.5g	牛乳 ドーナッツ	I1補*:120kcal たんぱく質:4.5g 脂質:5.7g 食塩相当量:0.2g	I1補*:134kcal たんぱく質:4.7g 脂質:6.1g 食塩相当量:0.2g
18月		ごはん	ごはん	牛乳	魚のから揚げ トマト きゅうりもみ えのきとにんじのみそ汁	牛乳 かりんとう	白身魚 煮干し わかめ みそ 牛乳	米 片栗粉 サラダ油 上新粉 しょ うゆ 砂糖 酢 かりんとう	トマト きゅうり えのきたけ に んじん ねぎ 玉ねぎ スイート コーン	I1補*:444kcal たんぱく質:19.8g 脂質:14.4g 食塩相当量:1.1g	I1補*:497kcal たんぱく質:21.4g 脂質:14.1g 食塩相当量:1.4g	牛乳 クッキー	I1補*:102kcal たんぱく質:3.8g 脂質:6g 食塩相当量:0.1g	I1補*:112kcal たんぱく質:3.9g 脂質:6.6g 食塩相当量:0.2g

6月は、気温が上がり、梅雨になると更に、蒸し暑くなります。暑い時期は、「食中毒」に注意しましょう！  
「食品中」に菌が増えても、食品の色や形は損なわれていない為、多くの人が食べてしまいがちです。  
パンなど買ってきた食材は、保存方法を確認し、常温保管であっても、なるべく早く食べましょう。  
家庭で調理するものは「しっかり加熱」「すぐ食べる」「冷蔵庫で保管」を心がけましょう！  
\*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。



月平均栄養価	年齢	区分	I1補* - 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
		平均栄養価	457(483)	19.8	16.6	288	1.8	212	0.28	0.41	19	1.5
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	528(556)	21.8	17.1	251	2.4	212	0.31	0.37	23	1.8

# 令和 8 年度 6 月 離 乳 食 献 立

ナオミ愛児園

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	
1月	16火	ごはん	ごはん	牛乳	大豆入りカレー トマトとオクラのサラダ	ゼリー	ミルク	5分がゆ(米10) 野菜煮つぶし(野菜20) つぶしトマトスープ(トマト15)	全がゆ(米20) 野菜のミルク煮(ミンチ10・野菜15) きざみトマト煮(トマト20)	ミルク 大豆入りおじや(米20・ゆで大豆10・野菜10) オニオンスープ(15)
2月	17水	ごはん	ごはん	牛乳	拌三糸 チンゲンサイとひき肉のスープ	牛乳 メロンパン	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物(麩1・野菜15) チンゲンサイのスープ(チンゲンサイ15)	全がゆ(米20) チンゲンサイのそぼろあん(チンゲンサイ20・ひき肉15・にんじん5) 春雨スープ(春雨3・野菜10)	ミルク 卵がゆ(米20・卵10・野菜10) 人参の甘煮(人参20)
3月	23火	ごはん	ごはん	牛乳	煮魚 きゅうりのごまあえ そうめん汁	飲むヨーグルト かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) 煮魚ほぐし(白身魚15) 刻み野菜のすまし汁(15)	全がゆ(米20) 煮魚の野菜あんかけ(白身魚15・野菜20) 刻み野菜のすまし汁(20)	ミルク 野菜リゾット(米20・野菜10) 刻みきゅうり煮(きゅうり15)
4月	26金	ごはん	ごはん	牛乳	豚肉と野菜のしょうが焼き 豆腐と油揚げのみそ汁	牛乳 *キャロット ちゃん	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐の吉野煮(豆腐20・野菜10) 刻み野菜のすまし汁(15)	全がゆ(米20) 豆腐と野菜のそぼろ煮(ひき肉10・野菜20) 玉ねぎのすまし汁(30)	ミルク 牛乳がゆ(米20・野菜10・牛乳20) 刻み人参の甘煮(野菜20)
5月	19金	ごはん	ごはん	牛乳	鶏肉のてり煮 小松菜とツナの中華あえ きのこわかめの中華スープ	牛乳 おかき	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物(麩1・野菜15) 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) 小松菜のスープ(小松菜15)	ミルク ツナ入りおじや(米20・ツナ10・野菜10) わかめスープ(わかめ・野菜15)
6月	20土		パン	牛乳	レバーミートスパゲッティ 野菜スープ	牛乳 あられ	ミルク	5分がゆ(米10)洋風煮込みスープ(麺10・野菜20) 人参マッシュ(人参20)	全がゆ(米20) ミネストローネスープ(スパゲッティ15・ひき肉10・野菜20) 人参の甘煮(人参20)	ミルク チーズがゆ(米20・チーズ2・野菜10) 刻み野菜のスープ(15)
8月	29月	パン	パン	牛乳	炒めビーフン わかめスープ	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米10) 刻み麩と野菜の煮物(麩1・野菜15) 刻み野菜のスープ(15)	全がゆ(米20) 野菜のそぼろあん(野菜30・ひき肉15) 刻み野菜スープ(野菜20)	ミルク パンがゆ(米20・卵10・野菜10) 人参の甘煮(人参20)
9月	25木	ごはん	ごはん	牛乳	魚のマリネ もずく汁	牛乳 せんべい チーズ	ミルク	5分がゆ(米10) 魚すり流し(白身魚15) トマトスープ(トマト15)	全がゆ(米20) 煮魚ほぐしと野菜煮(白身魚20・野菜15) トマトスープ(トマト15・玉ねぎ15)	ミルク 牛乳がゆ(米20・牛乳20・野菜10) きゅうりサラダ(きゅうり15)
10月	24水	ごはん	ごはん	牛乳	鶏肉のみそ焼き アスパラガス、にんじん わかめと玉ねぎのすまし汁	牛乳 *フルーツポン チ	ミルク	5分がゆ(米10) 刻み麩と野菜の煮物(麩1・野菜15) オニオンスープ(15)	全がゆ(米20) 麩と野菜の煮物(麩1・ひき肉10・野菜20) オニオンスープ(20)	ミルク 野菜がゆ(米20・ひき肉10・野菜10) バナナ(15)
11月	22木	パン	パン	牛乳	キャベツのハンバーグ トマト オニオンスープ	牛乳 ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツののり煮(キャベツ20) 麩のスープ(麩1・野菜15)	全がゆ(米20) キャベツのそぼろ煮(ひき肉10・野菜30) きざみトマト(トマト20)	ミルク 卵がゆ(米20・卵10・野菜10) 刻み野菜スープ(15)
12月	12金			牛乳	ガバオライス 鶏のから揚げ グリーンサラダ コーンスープ オレンジ	固形ヨーグルト	ミルク	5分がゆ(米10) 野菜ののり煮(キャベツ20) ミルクスープ(ミルク20・野菜16)	全がゆ(米20) 野菜のそぼろ煮(ひき肉10・野菜30) 野菜ミルクスープ(野菜20)	ミルク トマトがゆ(米20・野菜10) オニオンスープ(玉ねぎ16)
13月	27土		ごはん	牛乳	肉みそうどん バナナ	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物(麩1・野菜15) 青梗菜スープ(15)	全がゆ(米20) 麩と野菜の煮物(麩1・ひき肉10・野菜20) 青梗菜スープ(20)	ミルク 野菜がゆ(米20・ひき肉10・野菜10) オレンジほぐし(15)
15月	30火	ごはん	ごはん	牛乳	厚揚げと小松菜の炒め物 かぼちゃのみそ汁	牛乳 鉄強化ウエハース	ミルク	5分がゆ(米10) かぼちゃのつぶし煮(豆腐20・野菜15) 刻み麩と野菜すまし汁(麩1・野菜10)	全がゆ(米20) かぼちゃのそぼろ煮(ひき肉10・野菜40) ふと野菜のすまし汁(麩1・野菜15)	ミルク 小松菜がゆ(米20・野菜20) 人参ポタージュ(人参30・牛乳20)
18月	18木	ごはん	ごはん	牛乳	魚のから揚げ トマト きゅうりもみ えのき とにんじのみそ汁	牛乳 かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) 刻み野菜と魚のおろし煮(白身魚10・野菜10) 刻み野菜のすまし汁(野菜15)	全がゆ(米20) 煮魚ほぐしと野菜煮(白身魚20) 野菜のすまし汁(野菜25)	ミルク トマトリゾット(米20・野菜10・牛乳30) 胡瓜の刻み煮(野菜20)