

9月

園だより

暦の上では秋のはずですが、連日の暑さに秋らしさは感じられません。
日本の良さでもある四季がなくなりつつある状態に憂いを感じますが、
給食の献立や保育内容で秋を感じていきたいと思います。

令和7年9月1日

瞳ヶ丘こども園

園長 山口 尚

TEL 485-5003

HP hitomigaoka.jp

○9/15の敬老の日になんで、おじいちゃま・おばあちゃま宛てにお手紙を書きます。
書いた手紙は伊左地郵便局よりお借りした郵便ポストに園で9/8（月）に投函します。
デジタル中心の世の中ですが、アナログの良さも残しておきたいものですね
尚、対象クラスはあお・しろ組です。



○9/20（土）に運動会を行う予定です。詳しくは本支配布の別紙をご覧ください。
対象クラスはもも きい あお しろ組です



○みどり組の青島保育教諭ですが、入籍し姓が変わりました。
青島→藤井となります。

○9月よりみどり組のお友達の増加に伴い、担任が増えます。
穴戸保育教諭 フリー保育教諭→みどり組担任となります。



9月 みどいぐみだより

No.6



令和7年9月1日

瞳ヶ丘こども園

☎485-5003

責任者: 藤井 侑美

まだまだ真夏のような暑さが続いていますね。子どもたちはますます活発になり、ぽっとな落としに集中して遊ぶ姿や、汗をかきながらもマット遊びを楽しむ姿が見られ、元気いっぱいに過ごしています。子どもたちの成長には毎日驚かされ、嬉しい気持ちでいっぱいです。これから新しいお友だちが増えて、さらににぎやかで楽しいみどり組さんになりそうです。今月も暑さに負けないよう、沐浴や着替え、水分補給をしながら、みんなで元気に穏やかな日々を過ごしていきたいと思います。



保育教諭や友達と関わり合いながら、
全身を使った遊びを楽しむ。

9月の予定

- 9日(火) 身体測定
- 20日(土) 運動会(もも～しろ組のみ)
- 24日(水) 組別避難訓練
- 29日(月) 避難訓練
- 30日(火) 誕生会

9月の遊び

- ・運動遊び(マット・トンネル等)
- ・沐浴
- ・戸外遊び(涼しくなったら)
- ・楽器遊び
- ・ふれあい遊び

後期食から普通食へ移行すると・・・？



具材が
大きく！



メロンやスイカも！

使える調味料が増えて味付けが変わったり、メニューも増えてデザートやおやつの種類も豊富になります ✨ ぜひ、食事アンケートを参考に色々な食材を試食して普通食への移行を目指してみてくださいね！





あかぐみだより No. 6

令和7年9月1日
瞳ヶ丘こども園
☎485-5003
責任者: 上本 蘭

日中はまだまだ暑い日が続きますが、朝晩は少しずつ過ごしやすくなってきました。今年の夏は、また一段と大変な暑さの日が多かったですが、水遊びや氷遊び、寒天遊びなど様々な感触を味わいながら、夏ならではの遊びを十分に楽しむことができました。初めは慣れない感触にドキドキしていた子達も、少しずつ慣れてきて、水風船を持ってみたり、お友達や保育教諭と水を掛け合ったりと笑顔で遊ぶ姿が沢山見られました。朝の水遊びの準備が始まると、皆で窓に集まってじーっと見ており、毎回楽しみにしていたようです。また、水遊び後の着替えや、排泄での衣服の着脱等にも積極的な姿が沢山見られるようになりました！「自分で出来るよ！」と言いたげな顔でズボンを履いたり、上手に履けると保育教諭に見せに来てくれたり・・・と、この夏で大きく成長したようですね。

これから少しずつ涼しくなり、戸外でも過ごしやすくなります。しかし、その反面、季節の変わり目で疲れが出やすい時期でもあります。体調の変化に気を付けながら、9月も元気いっぱい過ごしていきたいと思っています。



ねらい: 保育教諭や友達と、身体を動かして遊ぶことを楽しむ。

9月の予定

8日(月) 身体測定
17日(水) 組別避難訓練
20日(土) 運動会
(もも～しろ組)
29日(月) 避難訓練

9月のあか組の遊び

・戸外遊び
・お散歩
・お絵描き遊び
・運動遊び

等



<みんな夢中の1冊>

長い間、親しまれてきた有名な絵本「もこ もこもこ」。勿論あか組さんも大好き！読み聞かせが始まると、自然と前のめりにページを見つめています。内容をすっかり覚えている子も多く、最初のページの言葉、「しーん」を読み始める前から先取りして口にする姿も！お友達と声を合わせて楽しんだり、次はどうなるのかをわくわく待ったりと、子ども達の笑顔があふれる時間になっています。





9月 ももぐみだより

NO. 6

令和7年9月1日

瞳ヶ丘こども園

☎485-5003

責任者: 相場 那奈

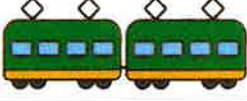
朝や夕方に吹く風が少しずつ涼しくなり、秋の訪れを感じる季節になりました。水遊びや泡遊び、氷遊びなどを通して、夏ならではの感触遊びをたっぷり楽しんだ子どもたち。水がかかると「つめたい！」と笑ったり、泡を手いっぱい広げて「ふわふわ～！」と見せ合ったりするもも組さん。氷がだんだん小さくなっていく様子を不思議そうにじっと見つめる姿も見られました。

今月は、体を動かすことを楽しみながら運動会に向けて取り組んでいきます。友だちと一緒にかけっこをしたり、運動遊びをしたりする中で「やってみたい」「もう一回」と挑戦する気持ちが育ち、自信に繋がるようにしていきたいと思います。

夏の疲れなどにより、体調を崩しやすい時期となりますので、十分な休息と水分補給を心がけ、体調の変化に気を付けながら過ごしていきたいと思います。

ねらい：運動会に向け、友だちや保育教諭と一緒に体を動かす楽しさを感じる。

主な活動(教育・保育内容)

	曜日	内 容	日	曜日	内 容
1	月	氷遊び	16	火	かけっこ遊び
2	火	運動遊び、身体測定	17	水	運動遊び
3	水	かけっこ遊び	18	木	トンネル遊び
4	木	トンネル遊び	19	金	運動遊び
5	金	体育館練習	20	土	運動会 
6	土	なかよし保育	21	日	
7	日		22	月	しゃぼん玉遊び
8	月	かけっこ遊び	23	火	 秋分の日 
9	火	電車遊び 	24	水	戸外遊び
10	水	しゃぼん玉遊び、組別避難訓練	25	木	集団遊び
11	木	運動会総練習(体育館)	26	金	戸外遊び
12	金	運動遊び	27	土	なかよし保育
13	土	なかよし保育	28	日	
14	日		29	月	避難訓練
15	月	 敬老の日 	30	火	リズム遊び

* 天候などにより保育内容が変更する場合があります。



9月 きいぐみだより

令和7年9月1日

瞳ヶ丘こども園

☎485-5003

<責任者> 井口真利那

NO. 6

日中はまだ暑さの残る日々ですが、時折吹く風に秋の訪れを感じるようになってきました。先月は水遊びを存分に楽しみ、噴水や水鉄砲を使って全身で水に触れながら夏ならではの遊びを満喫することができました。そして今月は、運動会に向けた活動が本格的に始まります。行進も綺麗に並んで歩けるようになり、子どもたちのたくましい姿が感じられます。運動会を通して、またひとまわり成長した姿を見ていただければと思います！

まだまだ暑い日が続きますが、今月も体調に気を付けながら元気に楽しく過ごしていきたいと思います。



【ねらい: 保育教諭や友達と一緒に体を動かして遊ぶことを楽しむ。】

教育・保育内容(主な活動)

日	曜日	内 容	日	曜日	内 容
1	月	かけっこ遊び	16	火	運動遊び
2	火	お絵描き遊び	17	水	体育館練習
3	水	公民館練習	18	木	運動会の練習
4	木	身体測定	19	金	運動会の練習
5	金	集団遊び「動物バスケット」	20	土	運動会 
6	土	なかよし保育	21	日	
7	日		22	月	製作帳「おつきみ」
8	月	体育館練習 	23	火	 秋分の日
9	火	公民館練習	24	水	塗り絵遊び
10	水	製作帳「おつきみ」	25	木	折り紙遊び・組別避難訓練
11	木	運動会総練習	26	金	魚釣りゲーム
12	金	運動会の練習	27	土	なかよし保育
13	土	なかよし保育	28	日	
14	日		29	月	なかよし交流・避難訓練
15	月	 敬老の日	30	火	誕生会

※天候により変更になる可能性があります。





9月 あおぐみだより

NO. 6

令和7年9月1日

瞳ヶ丘こども園

☎485-5003

あお組担任:大石 由香

日中はまだまだ暑い日が続いていますが、朝晩は少しずつ過ごしやすくなってきました。運動会に向け、少しずつ練習が始まりました。「今日は、練習する?」「体育館に行く?」と意欲的に練習に励んでいる子ども達。あお組になって初めて挑戦するリズム表現では、音楽を流すと、歌を口ずさんだり、楽しそうに体を動かしたりする姿が見られます。

これから季節の変わり目となり、夏の疲れが出やすい時期にもなります。体調の変化に気を付けながら、元気いっぱい過ごしていきたいと思います。



ねらい:様々な運動遊びを通して、のびのびと体を使えるようになり、
友達と一緒に活動する楽しさを感じる。

教育・保育内容(主な活動)

日	曜日	内 容	日	曜日	内 容
1	月	体育館練習	16	火	公民館練習
2	火	公民館練習	17	水	体育館練習
3	水	公民館練習	18	木	運動会の練習
4	木	体育館練習 	19	金	↓
5	金	体育館練習	20	土	運動会
6	土	なかよし保育	21	日	
7	日		22	月	製作帳「ぶどう」
8	月	体育館練習	23	火	 秋分の日
9	火	公民館練習	24	水	鍵盤ハーモニカ、組別避難訓練
10	水	体育館練習	25	木	えのぐであそぼう
11	木	身体測定、運動会の練習	26	金	製作帳「ぶどう」 
12	金	運動会総練習	27	土	なかよし保育
13	土	なかよし保育	28	日	
14	日		29	月	避難訓練、なかよし交流
15	月	 敬老の日	30	火	誕生会、かずあそび

* 天候などにより保育内容が変更する場合があります。



しろぐみだより No.6

令和7年9月1日

瞳ヶ丘こども園

☎485-5003

加藤 永愛

日中は夏と変わらない暑い日が続きますが、日が落ちるのが少しずつ早くなり、秋の訪れを感じる季節となりました。

お休み明けには、「プールに行った!」「飛行機乗って旅行に行ったんだ!」などとお話を聞かせてくれました。お家の方と楽しく嬉しい経験をして、良い思い出ができたようですね! 9月に入り、運動会の練習が本格的に始まります。初めて行うリレーに興味を持ったり、リズム表現の練習を真剣に取り組むなど、こども園での最後の運動会に力を入れる姿も見られます。運動会の練習を通して心身共にパワーアップした姿が見られると思います。どうぞお楽しみに!



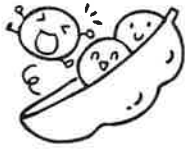
【ねらい:様々な運動遊びに挑戦し、体を動かして遊ぶ楽しさを味わう。】

主な活動(教育・保育内容)

日	曜日	内 容	日	曜日	内 容
1	月	体育館練習	17	水	体育館練習
2	火	公民館練習	18	木	運動会の練習
3	水	公民館練習	19	金	↓
4	木	身体測定	20	土	運動会
5	金	体育館練習	21	日	
6	土	なかよし保育	22	月	ひらがならんど
7	日		23	火	🔴 秋分の日
8	月	体育館練習	24	水	絵画
9	火	公民館練習	25	木	製作帳
10	水	組別避難訓練	26	金	かずあそび
11	木	運動会の練習	27	土	なかよし保育
12	金	運動会総練習	28	日	
13	土	なかよし保育	29	月	避難訓練・なかよし交流
14	日		30	火	誕生会
15	月	🔴 敬老の日			
16	火	公民館練習			

*天候により保育内容が変更する場合があります。

保護者各位



9月食育だより

まだまだ暑い日が続きますが、あちらこちらに秋の気配を感じ、梨、りんご、かき、ぶどう、栗など秋の実りがいっぱいです。9月は食生活改善普及運動・健康増進普及月間です。「食事をおいしく、バランスよく」を基本テーマに野菜摂取量と、牛乳・乳製品摂取量の増加、食塩摂取量の減少を支援するために1か月間、全国的に展開されます。夏の疲れが出てくるこの季節、毎日の食事を見直してバランスのとれた食生活を送れるよう心がけましょう。主食・主菜・副菜をバランスよく食べることは健康へつながる食事の第一歩です。

☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ 8月の食育活動 ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆

8月はしろ組さんにカレー用野菜のカットのお手伝いをお願いしました。前は野菜の皮むきでしたが今回は包丁を使い茄子を切るステップアップ作業になります。少し緊張していたのか静かに落ち着いて行ったしろ組さん達。「お家でもお手伝いをしているからできるよ」と頼もしいお話も聞けました。最後に親子DE こども園に来てくれていたお母さんと加藤先生にも切って頂きました。すると子ども達が大変喜び盛り上がりのある食育活動となりました。その日の給食は皆のパワーでとても美味しいカレーライスになりました。



☆親子でクッキング☆

皆が大好きポークビーンズの作り方を紹介します。

【材料】4人分

・ 蒸し大豆	200 g
・ 豚肉	100 g
・ じゃがいも	150 g
・ たまねぎ	150 g
・ にんじん	100 g
・ カットトマト缶	1 缶
・ ピーマン	40 g
・ 中濃ソース	30 g
・ ピザ用チーズ	40 g

おうちで作って
みてね♪



- ① 鍋に油をひいて豚肉を炒め色が変わったら、玉ねぎ、にんじんを加えさらに炒める。
- ② じゃがいもを入れ少し透き通ってから、カットトマト缶を入れひたひたになるまで水を入れふたをする。
- ③ 野菜が柔らかく煮えてから大豆を加え、ソースを入れる。
- ④ 最後にピザ用チーズを入れて溶けたらできあがり。

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質／塩分 ()は未測定	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				10時おやつ	3時おやつ 【全て卵不使用】	延長 【全て卵不使用】
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料			
01月	御飯 ハンバーグ ポテトサラダ スープ	497.4(421.6) 14.2(13.0) 17.1(13.7) 0.8(0.5)	米、じゃがいも、マヨドレ、油	○カルピス、豚ひき肉、牛ひき肉、◎飲むヨーグルト プレーン	たまねぎ、○パナナ、にんじん、きゅうり、○みかん缶、しめじ、コーン缶、にら、生わかめ	ケチャップ、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、食塩	飲むヨーグルト プレーン	カルピスボンチ	菜めし フルーツ
02火	ねぎま丼 チーズ 吸い物 オレンジ	416.1(344.4) 20.9(17.9) 9.8(7.3) 1.6(1.4)	米、○砂糖、油、三温糖	鶏もも肉、木綿豆腐、スティックチーズ、◎飲むヨーグルト プレーン	オレンジ、○りんご天然果汁、ねぎ、えのきたけ、ほうれんそう、生わかめ、○かんでんクック	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、しょうゆ(うすくち)、酒、食塩	飲むヨーグルト プレーン	りんご寒天	パンケーキ フルーツ
03水	御飯 カレーの照り焼き 南瓜の煮物 吸い物	410.2(352.8) 19.3(17.2) 3.8(5.8) 1.4(1.4)	米、○米、○砂糖、砂糖	かれい、木綿豆腐、○きな粉、◎スティックチーズ	かぼちゃ、みつば、生わかめ	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、しょうゆ(うすくち)、酒、食塩、○食塩	チーズ	きな粉のおにぎり	チーズ煮しパン フルーツ
04木	御飯 さつまいもと豚肉の炒め煮 大根ときゅうりの三杯酢 納豆 味噌汁	536.6(432.1) 21.9(18.2) 15.0(13.1) 1.6(1.5)	米、さつまいも、○ホットケーキ粉、三温糖、油	○牛乳、豚肉(もも)、納豆、○絹ごし豆腐、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ごま、挽きわり納豆、◎スティックチーズ	だいこん、きゅうり、たまねぎ、にんじん、なす、しめじ、○干しぶどう、ほうれんそう	かつおだし汁、しょうゆ、食酢(米酢)、みりん、酒	チーズ	レーズンパン 牛乳	おにぎり フルーツ
05金	御飯 蛙の塩焼焼き ひじきと大豆の炒め煮 吸い物	394.1(329.4) 23.1(19.4) 6.5(7.7) 2.5(1.9)	米、三温糖、ごま油	○ダノン いちご、さけ、蒸し大豆、ちくわ、油揚げ、◎スティックチーズ	にんじん、えのきたけ、栗ねぎ、みつば、生わかめ、ひじき	かつおだし汁、塩麹、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、酒、みりん、食塩	チーズ	ヨーグルトイチゴ 以上児 小魚せんべい付き	パンケーキ フルーツ
06土	ブルコギ丼 スープ メロン	592.2(434.8) 25.3(19.2) 18.3(13.9) 2.1(1.6)	米、○超熟ロール、はるさめ、ごま油、油、◎ハイハイン	○牛乳、豚肉(もも)、○ハム ○スライスチーズ	たまねぎ、メロン、にんじん、しめじ、にら、生わかめ	しょうゆ、酒、みりん、しょうゆ(うすくち)、食塩	ハイハイン	ハムチーズサンド 牛乳	
08月	豚丼 具だくさん味噌汁 オレンジ	422.3(354.1) 17.6(15.7) 7.4(5.9) 1.6(1.3)	米、○砂糖、油	豚肉(もも)、米みそ(淡色辛みそ)、◎飲むヨーグルト プレーン	たまねぎ、オレンジ、にんじん、かぼちゃ、○みかん天然果汁、なす、○にんじん、しめじ、栗ねぎ、こまつな、生わかめ、○かんでんクック	かつおだし汁、しょうゆ、みりん	飲むヨーグルト プレーン	人参寒天	菜めし フルーツ
09火	サラダうどん さつまいもの天ぷら パナナ	553.9(426.7) 18.7(14.4) 16.8(11.8) 2.4(1.8)	ゆでうどん、さつまいも(皮付)、油、マヨドレ、てんぷら粉	○牛乳、卵、ツナ水煮缶、◎飲むヨーグルト プレーン	かぼちゃ、パナナ、トマト、にんじん、きゅうり	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、食塩	飲むヨーグルト プレーン	おせんべい 牛乳	パンケーキ フルーツ
10水	パン ボークビーンズ キャベツとレーズンのサラダ ヤクルトヨーグルト	603.5(476.8) 24.5(20.7) 15.7(13.2) 2.3(2.0)	食パン、○米、じゃがいも、オリーブ油、油、砂糖	ヤクルト ヨーグルト、蒸し大豆、豚肉(もも)、ピザ用チーズ、◎スティックチーズ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、ホールトマト缶詰、ピーマン、干しぶどう、○しそふりかけ	ケチャップ、りんご酢、中濃ソース、食塩	チーズ	ゆかりごはん	チーズ煮しパン フルーツ
11木	御飯 鶏肉のマーマレード焼き 春雨サラダ スープ	388.9(310.8) 19.0(13.9) 4.8(5.8) 1.6(1.4)	米、はるさめ、砂糖、油、ごま油	○ダノン いちご、鶏もも肉、◎スティックチーズ	もやし、たまねぎ、きゅうり、マーマレード、みかん缶、エリンギ、きょうな、生わかめ	しょうゆ、酢、酒、しょうゆ(うすくち)、食塩	チーズ	ヨーグルトイチゴ 以上児 小魚せんべい付き	かにぼん フルーツ
12金	麻婆豆腐丼 かぼちゃのサラダ 吸い物	688.1(482.0) 20.6(16.3) 23.5(17.9) 2.0(1.7)	米、マヨドレ、片栗粉、砂糖、ごま油	○アイスクリーム、木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、◎スティックチーズ	かぼちゃ、にんじん、きゅうり、しめじ、干しぶどう、栗ねぎ、きょうな、生わかめ、干しいたけ、しょうが、にんにく	かつおだし汁、しょうゆ(うすくち)、酒、しょうゆ、食塩	チーズ	アイスクリーム おせんべい	おにぎり フルーツ
13土	スパゲティーナポリタン スープ パナナ	460.1(332.7) 15.6(10.8) 14.5(10.7) 1.5(1.2)	スパゲティー、オリーブ油、油、◎ハイハイン	○牛乳、ウインナー	パナナ、たまねぎ、しめじ、にんじん、ピーマン、きょうな、生わかめ	ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、食塩	ハイハイン	おせんべい 牛乳	
16火	御飯 青梗菜の豆乳スープ 胡麻和え パナナ	517.9(425.8) 18.2(15.6) 11.8(8.9) 1.0(0.8)	米、じゃがいも、○砂糖、○わらび餅粉、油、三温糖	○牛乳、調製豆乳、鶏肉(もも皮なし)、○きな粉、すりごま、◎飲むヨーグルト プレーン	パナナ、にんじん、キャベツ、もやし、たまねぎ、チンゲンサイ、しめじ、コーン缶	しょうゆ、コンソメ	飲むヨーグルト プレーン	わらび餅 牛乳	菜めし フルーツ
17水	ひとまる牛肉うどん チーズ オレンジ	449.7(348.4) 14.8(11.6) 18.3(14.4) 2.9(2.2)	ゆでうどん、砂糖、ごま油	○ダノン いちご、牛肉(ばら)、スティックチーズ	オレンジ、たまねぎ、栗ねぎ	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、酒、食塩	ビスケット	ヨーグルトイチゴ 以上児 小魚せんべい付き	パンケーキ フルーツ
18木	カレーライス(みどりあかはごはん・煮物) コールスローサラダ ヤクルトヨーグルト	559.4(458.4) 16.4(15.1) 12.2(11.3) 1.4(1.4)	米、じゃがいも、○米、マヨドレ、油、砂糖、○砂糖	ヤクルト ヨーグルト、豚肉(もも)、ハム、ヨーグルト(無糖)、○豆みそ、○ごま、◎スティックチーズ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、コーン缶、ピーマン、干しぶどう	カレールウ、りんご酢、○みりん	チーズ	五平餅	おにぎり フルーツ
19金	9月テーマ給食 ☆フレープレー運動会ランチ☆ おにぎり ウインナー フライドポテト ブロッコリーの創り和え 野菜ゼリー	586.7(452.6) 20.1(16.2) 20.1(16.7) 3.7(3.1)	米、じゃがいも、○超熟ロール、油、○マヨドレ、三温糖	○牛乳、ウインナー、○ツナ水煮缶、かつお節、ごま、◎スティックチーズ	野菜ゼリー、ブロッコリー、塩こんぶ、○きゅうり、しそふりかけ	しょうゆ、食塩、○食塩	チーズ	ツナサンド 牛乳	かにぼん フルーツ
20土	運動会♪								
22月	パン クリームシチュー キャベツのサラダ 梨	550.3(443.4) 17.6(14.9) 14.3(11.0) 1.8(1.3)	食パン、○米、さつまいも、小麦粉、バター、油	牛乳、鶏もも肉、○かつお節、◎飲むヨーグルト プレーン	なし、キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、しめじ、ピーマン	食塩、○しょうゆ	飲むヨーグルト プレーン	おかかのおにぎり	パンケーキ フルーツ
24水	御飯 肉団子スープ じゃが芋の煮物 オレンジ	537.8(445.6) 16.4(14.2) 15.9(12.0) 1.6(1.2)	じゃがいも、米、○米粉、○砂糖、○片栗粉、○油、三温糖、片栗粉、ごま油	○牛乳、豚ひき肉、油揚げ、○豆乳、◎飲むヨーグルト プレーン	オレンジ、キャベツ、○かぼちゃ、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、いんげん、干しいたけ、しょうが	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、食塩	飲むヨーグルト プレーン	かぼちゃボーロ 牛乳	菜めし フルーツ
25木	御飯 かれいのマヨネーズ焼き 切干大根の炒め煮 納豆 吸い物	421.6(349.5) 22.9(18.3) 10.2(10.7) 1.2(1.2)	米、マヨドレ、三温糖	○ダノン いちご、かれい、木綿豆腐、納豆、油揚げ、挽きわり納豆、◎スティックチーズ	にんじん、エリンギ、切り干しだいこん、いんげん、栗ねぎ、干しいたけ、バセリ	かつおだし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、みりん、酒、食塩	チーズ	ヨーグルトイチゴ 以上児 小魚せんべい付き	かにぼん フルーツ
26金	ハヤシライス(みどりあかはごはん・煮物) 卵のサラダ 梨	504.7(398.0) 13.9(10.0) 15.1(12.0) 2.2(1.7)	米、じゃがいも、マヨドレ、油、◎ハイハイン	○牛乳、鶏もも肉、卵	なし、たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、しめじ、ピーマン	ハヤシルウ	ハイハイン	いちごフルーチェ	かにぼん フルーツ
27土	ミートスパゲティ スープ オレンジ	455.3(332.8) 19.5(13.9) 14.0(10.4) 1.5(1.2)	スパゲティー、オリーブ油、油、◎ハイハイン	○牛乳、豚ひき肉、粉チーズ	たまねぎ、オレンジ、にんじん、ホールトマト缶詰、しめじ、きょうな、生わかめ、干しいたけ	ケチャップ、中濃ソース、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、食塩	ハイハイン	おせんべい 牛乳	
29月	御飯 若鶏の塩焼焼き 切り昆布煮 吸い物	452.1(347.7) 22.3(15.3) 10.3(6.6) 2.5(1.6)	米、○ホットケーキ粉、○さつまいも、三温糖、○砂糖	○牛乳、鶏もも肉、油揚げ、◎飲むヨーグルト プレーン	にんじん、えのきたけ、いんげん、こんぶ(煮物用)、みつば、生わかめ	かつおだし汁、塩麹、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、酒、みりん、食塩	飲むヨーグルト プレーン	パンケーキ 牛乳	おにぎり フルーツ
30火	御飯 蛙の西京焼き 金平牛蒡 吸い物	518.8(426.5) 24.2(19.4) 14.6(10.9) 2.2(1.7)	米、○白玉粉、板こんにゃく、○小麦粉、○油、○砂糖、三温糖、ごま油	○牛乳、さけ、木綿豆腐、○絹ごし豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、○粉チーズ、ごま、◎飲むヨーグルト プレーン、すりごま	ごぼう、にんじん、ピーマン、みつば、生わかめ	かつおだし汁、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、みりん、酒、○食塩、食塩	飲むヨーグルト プレーン	ボンデージュ 牛乳	菜めし フルーツ