

7月の園だより

令和6年7月1日

認定こども園
五日市乳児保育園
園長 山縣由美

7月の行事予定

例年より遅い梅雨入りになりました。天気予報では、酷暑が続き、集中的に雨が降る心配があると言われています。この時期は天気を気にしながら保育をし、室内で過ごすことが多くなることも予想されますが、天気のいい日は子どもたちが楽しみにしている水遊び、プール活動を計画していきたいと思えます。

13日(土)に保護者参加行事の「夏まつり」を行います。各クラスでは準備が始まり、幼児クラスでは作品作りが着々と進んでいるようです。今年度はどのような内容になるのか、どうぞお楽しみに。当日は混雑緩和の為二部制にしておりますが、それでも混雑が予想されます。来園された方皆様が楽しめるようご協力をお願いいたします。

先月から始まった「パン屋さんごっこ」。こあら組、ぱんだ組(幼稚園部の園児さんも一緒に)が対象なのですが、毎月「パン屋さんごっこ」の日のおやつにラッピングをしたパンが出てきます。調理の先生にスタンプカードへスタンプを押してもらい、パン屋さんでパンを買う時のようにトングを使ってパンを取り喫食します。パンは毎月種類を変えて提供すること。スタンプがいっぱいになる3月には事前にリクエストを取り、上位の5種類のパンから自分の好きなパンを選んで食べる企画です。調理の職員も食事の内容だけでなく、子どもたちが楽しんで食べることをいろいろと考えています。

7日は七夕。笹にかけてある短冊の願い事を読むとほっこりします。みんなの願い事が叶うことを願わずにはられません。子どもたちが元気に大きくなりますように。

1	月	眼科検診(こあら・ぱんだ組) プール開き(きりん組) 英語で遊ぼう(こあら3、ぱんだ3組)
2	火	プール開き(こあら組)
3	水	小児科健診 英語で遊ぼう(こあら1、ぱんだ1組)
4	木	プール開き(ぱんだ組)
5	金	七夕会
6	土	
7	日	
8	月	身体測定(きりん、こあら、ぱんだ組)~12日 英語で遊ぼう(きりん組)
9	火	
10	水	パン屋さんごっこ(こあら・ぱんだ組)
11	木	歯みがき教室(ぱんだ1組) 英語で遊ぼう(こあら2、ぱんだ2組)
12	金	英語で遊ぼう(こあら3、ぱんだ3組)
13	土	夏まつり
14	日	
15	月	海の日
16	火	身体測定(ひよこ、りす、うさぎ組)~19日 きつつ(ぱんだ3組)
17	水	園庭開放 英語で遊ぼう(こあら1、ぱんだ1組)
18	木	英語で遊ぼう(きりん組) きつつ(ぱんだ2組)
19	金	きつつ(ぱんだ1組)
20	土	
21	日	
22	月	英語で遊ぼう(こあら2、ぱんだ2組) 平和記念公園訪問(ぱんだ1、3組)
23	火	平和記念公園訪問(ぱんだ2組) 今日のお野菜なあに?(ぱんだ組)
24	水	運動遊び(こあら組)
25	木	そうめん流し(きりん、こあら組) 歯みがき教室(ぱんだ3組)
26	金	そうめん流し(ぱんだ組) クッキング(ぱんだ組)
27	土	
28	日	
29	月	
30	火	避難訓練
31	水	すいか割り(きりん、こあら、ぱんだ組)

火遊びは絶対にやめよう



『守りたい 未来があるから 火の用心』
佐伯消防署予防課 TEL 921-2236

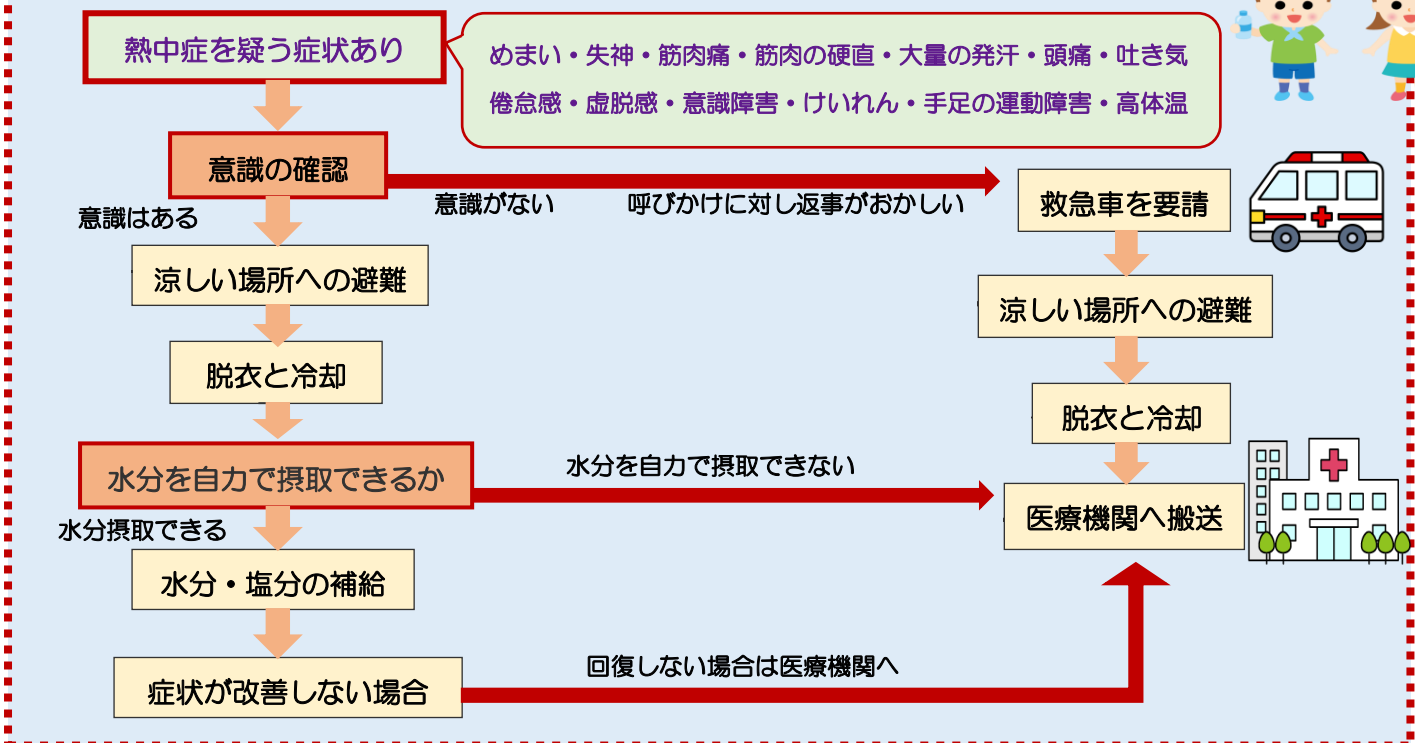
7月26日(金)に予定していましたがぱんだ組の「デイキャンプ」ですが、8月23日(金)、24日(土)、「おとまり保育」に変更します・

日ごとに暑い日差しを感じ、夏本番ですね。梅雨でジメジメした日や暑い日が続くため、体調管理に気をつけて熱中症にならないようにしましょう。また、手足口病など夏かぜが増加しているため、基本的な感染対策をして予防しましょう。

7月は水遊び・プール遊び、夏祭りなど楽しい遊びや行事があります。思いきり楽しむことができるよう体調不良の際には無理をせず、必要に応じて受診し、自宅で療養しましょう。

熱中症対策をしよう!

【熱中症になったときには】



高熱に注意!

【夏かぜ】

《咽頭結膜熱（プール熱）》

アデノウイルスが原因。高熱・のどの痛み・頭痛・目の充血・リンパの腫れ
※目の充血がない場合は、アデノウイルス感染症となります

《手足口病》

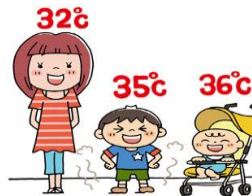
発熱（ない時もある）・手足口・のど・おしりに赤い発疹や水ぶくれのような発疹ができる

《ヘルパンギーナ》

高熱・のどの痛み・のどに水ぶくれやへこんだ潰瘍のような発疹ができる

【ベビーカーでの熱中症に注意】

子どもは地面からの熱を受け気温が高いため注意!!



炎天下での長時間の移動や子どもを乗せたままの立ち話はしない

プール・水遊びがはじまります!

気温・暑さ指数が上昇した場合や、指導・監視人員が不足し、安全に行えないと判断した場合は中止する可能性があります。

ご理解とご協力をお願いいたします。

朝ごはんは必ず摂りましょう!



調理室からのおたより7月

令和6年7月1日
認定こども園
五日市乳児保育園

暑さも日々増していき、本格的な夏もすぐそこまできているようです。
水分補給をしっかりと行い、体調管理に十分気を付けましょう。

豆苗を育てました！



昼食の食材で使用した豆苗の根を、こあら・ぱんだ組に配り、育ててもらいました。
日当たりの良い所で、1日1回お当番さんが水替えをして、きれいな水で
清潔な状態を保ち、美味しい豆苗を育てます。



10日後、子どもたちの前でカットし、昼食の卵とじうどんに入れて食べることで、
野菜を育てる楽しさ、食べる喜びを子どもたちと一緒に体験しました。



今年度から食材見せが始まりました

実際に見て、触れて、育てて、食べて

- 野菜の名前を覚えたり、料理に興味を持つきっかけになる。
- 五感を使って食を感じる。
- 収穫の大変さ、野菜がどのように出来るのかを知る。
- どんな味がするのかを知る。
- みんなで一緒に食べることで、食事の楽しさを感じられる。
- 動物や植物から命をいただいて、感謝する気持ちもてる。



☆ 7月からは、ぱんだ組に考えてもらった献立を昼食に取り入れます。
初回は、唐揚げです！！



2024年



7月の献立表



日付	献立名	材料名 <small>(○は午後おやつ材料)</small>			おやつ
		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	
01月	ご飯 さわらの塩こうじ焼き オクラのおかか和え じゃがいものみそ汁	米、じゃがいも、○小麦粉、砂糖、○油	○牛乳、さわら、○ピザ用チーズ、鶏ささ身、○ウインナー、米みそ(赤色辛みそ)、油揚げ、かつお節	オクラ、にんじん、○たまねぎ、たまねぎ、葉ねぎ、○ピーマン	○ピザ風おやき ○牛乳(全園児) 
02火	夏野菜カレー レタスと卵のサラダ フルーツゼリー 牛乳(全園児)	米、じゃがいも、フレンチドレッシング(乳化型)、油	牛乳、卵、豚肉(もも・赤肉)、ハム	○すいか、たまねぎ、レタス、なす、日本かぼちゃ、にんじん、赤ピーマン、ピーマン	○スイカ
03水	トマトスパゲティ ひじきのマリネ バナナ 牛乳(全園児)	スパゲティ、油、砂糖、コンソメ	牛乳、ベーコン、ツナ油漬缶、ひじき、○ヨーグルト	バナナ、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、きゅうり、セロリ、パセリ、○マーマレードジャム	○ヨーグルト(ひよこ〜りす) ○アイスクリーム(うさぎ〜ぼんだ)
04木	ご飯 たらのみそ煮 ニラともやしの炒め物 かき卵汁	米、○食パン、砂糖、片栗粉、ごま油	○牛乳、すけとうだら、卵、豚ひき肉、米みそ(甘みそ)、カットわかめ	もやし、たまねぎ、にんじん、にら、○いちごジャム・低糖度	○ジャムサンド(いちご) ○牛乳(全園児) 
05金	コッペパン お星さまクロquette 春雨のサラダ メロン、牛乳(全園児)	コッペパン、油、エッグケア、はるさめ、じゃがいも、パン粉、小麦粉	牛乳、卵、チーズ、鶏ミンチ、豚ミンチ	メロン、きゅうり、にんじん、たまねぎ	○天の川ゼリー ○せんべい(以上児のみ)
06土	鶏すき丼 青のりポテト パイン缶 牛乳(ひよこ〜うさぎ)	米、じゃがいも、砂糖	○牛乳、焼き豆腐、鶏肉(胸皮なし)、青のり、牛乳、凍り豆腐	パイン缶、たまねぎ、にんじん、しらたき、葉ねぎ	○ピープ ○牛乳(全園児)
08月	ご飯 魚の青じそ焼き アスパラのソテー 納豆のみそ汁	米、砂糖、油、コンソメ	○牛乳、かれい、木綿豆腐、ベーコン、挽きわり納豆、米みそ(甘みそ)	グリーンアスパラガス、にんじん、とうもろこし(冷凍)、えのきたけ、しょうが、葉ねぎ、しそ	○フルーツクレープ ○牛乳(全園児)
09火	パンパン ポークソテー ポテトサラダ オレンジ、牛乳(全園児)	パンパン、じゃがいも、エッグケア、○砂糖、コンソメ、油	牛乳、○ヨーグルト(無糖)、豚肉(もも・赤肉)、卵、ハム、○スキムミルク	たまねぎ、オレンジ・ネーブル、にんじん、○バナナ、しめじ、きゅうり、ピーマン	○バナナヨーグルト 
10水	ご飯 鶏のねぎみそ焼き 人参しりしり 豆腐と青梗菜のスープ	米、○コッペパン、砂糖、ごま油	○牛乳、鶏肉(もも皮なし)、卵、木綿豆腐、ツナ油漬缶、○ウインナー、米みそ(甘みそ)、○ピザ用チーズ、鶏がらスープ	にんじん、もやし、チンゲンサイ、葉ねぎ	○チーズドッグ ○牛乳(全園児) 
11木	ご飯、肉じゃが オクラの和え物 パイン缶 牛乳(ひよこ〜うさぎ)	じゃがいも、米、○マカロニ、○砂糖、砂糖、油	○牛乳、豚肉(もも・赤肉)、ちくわ、○きな粉、牛乳	パイン缶、たまねぎ、オクラ、にんじん、しらたき、いんげん	○マカロニのあべ川 ○牛乳(全園児) 
12金	カレーうどん ほうれん草のサラダ バナナ 牛乳(全園児)	ゆでうどん、砂糖、油	牛乳、牛肉(もも・赤肉)、ハム、油揚げ	○オレンジ天然果汁、バナナ、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、きゅうり、葉ねぎ	○カルピス オレンジゼリー 
13土	   夏まつり  				
16火	ご飯 鮭のバター醤油焼き ジャーマンポテト なすと豆腐のみそ汁	米、じゃがいも、○片栗粉、○油、○米粉、○砂糖、バター、油	○牛乳、さけ、木綿豆腐、○調製豆乳、ベーコン、米みそ(甘みそ)、油揚げ、○きなこ	たまねぎ、パセリ、なす	米粉のきなこクッキー ○牛乳(全園児) 



認定こども園 五日市乳児保育園

日付	献立名	材料名 (○は午後おやつ材料)			おやつ
		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	
17 水	菜めし、肉豆腐 オクラとツナの中華あえ チーズ 牛乳(ひよこ〜うさぎ)	米、○食パン、○バター、砂糖、○砂糖、○黒ごま、ごま油	○牛乳、焼き豆腐、鶏肉(もも皮なし)、チーズ、ツナ油漬缶、牛乳	たまねぎ、オクラ、にんじん、しらたき、こまつな、ごぼう、エリンギ、えのきたけ、ねぎ、いんげん	○ごまトースト ○牛乳(全園児) 
18 木	クロワッサン 和風ポトフ ひじきゴママヨサラダ パイン缶、牛乳(全園児)	じゃがいも、クロワッサン、エッグケア、コンソメ、すりごま、砂糖	牛乳、ウインナー、ひじき	○すいか、パイン缶、たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、ブロッコリー、コーン(冷凍)	○スイカ
19 金	ご飯、鶏肉のから揚げ マカロニサラダ オレンジ 牛乳(全園児)	米、片栗粉、油、マカロニ、フレンチドレッシング(乳化型)、○砂糖、エッグケア	牛乳、鶏肉(もも皮なし)、○ヨーグルト(無糖)、卵、ハム、○脱脂粉乳	オレンジ・ネーブル、にんじん、トウモロコシ、○ブルーベリージャム	○ヨーグルト (ブルーベリージャム) 
20 土	木の葉丼 じゃが芋のゆかりあえ チーズ 牛乳(ひよこ〜うさぎ)	米、じゃがいも、砂糖	○牛乳、卵、チーズ、かまぼこ、牛乳、凍り豆腐	○バナナ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、葉ねぎ	○バナナ ○牛乳(全園児)
22 月	なす入りミートスパゲティ チーズオムレツ パイン缶 牛乳(全園児)	スパゲティ、じゃがいも、油、○豆乳プリン、コンソメ	牛乳、牛ひき肉、卵、チーズ、ベーコン、鶏レバー	パイン缶、たまねぎ、なす、にんじん、ピーマン、グリーンピース(冷凍)、しょうが	○豆乳プリン (ひよこ〜うさぎ) ○ガリガリ君ぶどう (きりん〜ぱんだ)
23 火	ご飯 かわいいのあけぼの焼き ひじきの白和え おふのすまし汁	米、エッグケア、砂糖、焼ふ、すりごま	○牛乳、かれい、木綿豆腐、米みそ(甘みそ)、ひじき	○どうもろこし、○オレンジ・ネーブル、にんじん、えのきたけ、しらたき、トウモロコシ、葉ねぎ	○どうもろこし ○オレンジ ○牛乳(全園児) 
24 水	わかめご飯 高野豆腐の卵とじ ウインナーともやしのソテー チーズ、牛乳(ひよこ〜うさぎ)	米、○食パン、○砂糖、砂糖	○牛乳、卵、ウインナー、凍り豆腐、○きな粉、炊き込みわかめ、牛乳、チーズ	たまねぎ、にんじん、もやし、ピーマン、しいたけ、いんげん	○きなこサンドイッチ ○牛乳(全園児) 
25 木	ロールパン 鶏肉と野菜のトマト煮 アスパラのサラダ フルーツゼリー 牛乳(ひよこ〜うさぎ)	じゃがいも、ロールパン、○小麦粉、○油、○きび砂糖、コンソメ、油、砂糖	○牛乳、鶏肉(もも皮なし)、ツナ油漬缶、牛乳	たまねぎ、にんじん、グリーンアスパラガス、トマトピューレ、コーン缶、グリーンピース(冷凍)	○ちんすこう ○牛乳(全園児) 
26 金	ご飯、炒り豆腐 パンサンスー バナナ 牛乳(ひよこ〜うさぎ)	米、○クラッカー、砂糖、はるさめ、白ごま、油、○砂糖、ごま油	○牛乳、木綿豆腐、卵、豚ひき肉、ハム、牛乳、クリームチーズ	バナナ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、しいたけ、にら	○カナッペ(クリームチーズ) ○牛乳(全園児) 
27 土	焼きそば ブロッコリーのごま和え オレンジ 牛乳(ひよこ〜うさぎ)	ゆで中華めん、砂糖、すりごま、油	○牛乳、豚肉(ばら)、ちくわ、牛乳	オレンジ・ネーブル、ブロッコリー、たまねぎ、キャベツ、にんじん、コーン缶、ピーマン	○レモンカステラ ○牛乳(全園児)
29 月	麻婆丼 ナムル チーズ 牛乳(全園児)	米、砂糖、片栗粉、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、チーズ、米みそ(甘みそ)	にんじん、たまねぎ、もやし、きゅうり、○みかん缶、○バナナ、ピーマン、干しいたけ	○フルーツポンチ 
30 火	ご飯 かわいいの五目あんかけ キャベツとハムのソテー パイン缶 牛乳(ひよこ〜うさぎ)	米、○食パン、○エッグケア、片栗粉、砂糖、コンソメ、油	○牛乳、かれい、○卵、ハム、牛乳	パイン缶、キャベツ、にんじん、トウモロコシ、えのきたけ、たまねぎ、しょうが、葉ねぎ	○卵サンドイッチ ○牛乳(全園児) 
31 水	ご飯 親子煮 ほうれん草の海苔酢あえ もずくのみそ汁	じゃがいも、米、○小麦粉、砂糖	○牛乳、卵、鶏肉(胸皮なし)、もずく、○ツナ油漬缶、米みそ(甘みそ)、焼きのり、かつお節、○あおのり、豆腐、凍り豆腐	にんじん、ほうれん草、たまねぎ、○キャベツ、○たまねぎ、しいたけ、葉ねぎ、グリーンピース(冷凍)	○お好み焼き ○牛乳(全園児) 

3歳未満児の朝のおやつはお菓子です。3歳以上児の朝のおやつはありません。



は手作りおやつです。



後期献立表



認定こども園
五日市乳児保育園

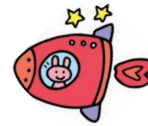
日	曜日	昼食献立名		材料名	午後おやつ	
1	月	かれいと野菜のうま煮	粉ふき芋	かれい・人参・玉葱・じゃが芋・キャベツ ほうれん草・みかん缶	みかん缶	
2	火	豚ミンチとかぼちゃの スープ煮	レタスのソテー	豚ミンチ・人参・玉葱・ピーマン・なす・レタス 赤ピーマン・豆腐・すいか	すいか	
3	水	トマトスパゲティ	ポテトサラダ/ バナナ	スパゲティ・鶏ささみ・人参・玉葱・ひじき・小松菜 じゃが芋・胡瓜・バナナ	クラッカー	
4	木	白身魚のみそ煮	かぼちゃの甘煮	たら・人参・玉葱・キャベツ・青梗菜・かぼちゃ 食パン・おろしりんご	おろしりんごサンド	
5	金	春雨のうま煮	ほうれん草のソテー	豚ミンチ・人参・玉葱・春雨・胡瓜・ほうれん草 さつま芋	スイートポテト	
6	土	そぼろ丼	じゃが芋スティック	鶏ミンチ・人参・玉葱・じゃが芋・豆腐・青梗菜	マンナビスケット	
8	月	かれいの野菜あんかけ	かぼちゃマッシュ	かれい・人参・玉葱・キャベツ・小松菜・かぼちゃ おろしりんご	おろしりんご	
9	火	じゃが芋のそぼろ煮	人参スティック	豚ミンチ・人参・玉葱・しめじ・ピーマン じゃが芋・バナナ・ヨーグルト	バナナヨーグルト	
10	水	豆腐のみそ煮	ほうれん草のお浸し	鶏肉・人参・玉葱・豆腐・青梗菜・ほうれん草	ベビーせんべい	
11	木	ポトフ	トマトサラダ	かれい・人参・玉葱・じゃが芋・キャベツ トマト・かぼちゃ	かぼちゃの甘煮	
12	金	煮込みうどん	さつま芋甘煮/ バナナ	うどん・牛ミンチ・人参・玉葱・ほうれん草・さつま芋 バナナ・オレンジゼリー	オレンジゼリー	
13	土	夏まつり				
16	火	白身魚のリゾット	じゃが芋スティック/ みかん缶	たら・人参・玉葱・赤ピーマン・じゃが芋・なす みかん缶	マンナビスケット	
17	水	肉豆腐	トマトサラダ	小松菜・鶏肉・人参・玉葱・青梗菜・豆腐・トマト 胡瓜	ベビーせんべい	
18	木	白身魚のスープ煮	粉ふき芋	かれい・人参・玉葱・キャベツ・ブロッコリー じゃが芋・すいか	すいか	
19	金	ケチャップマカロニ	人参スティック/ みかん缶	鶏肉・人参・玉葱・マカロニ・赤ピーマン・黄ピーマン 豆腐・みかん缶	ヨーグルト	
20	土	あんかけ丼	マッシュポテト	豚ミンチ・人参・玉葱・しいたけ・ほうれん草・じゃが芋 バナナ	バナナ	
22	月	ミートスパゲティ	ブロッコリーのやわらか煮/ みかん缶	スパゲティ・牛ミンチ・人参・玉葱・レバー・なす ブロッコリー・ピーマン・みかん缶・おろしりんご	おろしりんご	
23	火	白身魚のくずとじ煮	白和え	かれい・人参・玉葱・キャベツ・ひじき・豆腐 ほうれん草・さつま芋	さつま芋マッシュ	
24	水	豆腐団子のスープ煮	人参スティック	豚ミンチ・人参・玉葱・豆腐・しいたけ・ピーマン かぼちゃ・食パン・おろしりんご	おろしりんごサンド	
25	木	トマトリゾット	粉ふき芋/ みかん缶	鶏ミンチ・人参・玉葱・青梗菜・トマト・じゃが芋 みかん缶・かぼちゃ	かぼちゃの甘煮	
26	金	炒り豆腐	春雨スープ煮	豚ミンチ・人参・玉葱・しいたけ・豆腐・春雨・小松菜 バナナ	バナナ	
27	土	みそおじや	ブロッコリーの和え物	合いびき肉・人参・玉葱・キャベツ・ピーマン ブロッコリー	マンナビスケット	
29	月	豆腐のそぼろあん	胡瓜の甘酢和え	豚ミンチ・人参・玉葱・豆腐・ピーマン・胡瓜 みかん缶・バナナ	フルーツミックス	
30	火	かれいのケチャップ煮	人参スティック	かれい・人参・玉葱・ブロッコリー・キャベツ	ベビーせんべい	
31	水	みそ肉じゃが	ほうれん草のお浸し	鶏ささみ・人参・玉葱・しいたけ・じゃが芋 ほうれん草・かぼちゃ	かぼちゃマッシュ	

- ・後期は昼食と午後おやつになります。
- ・昼食には、お粥又はおろしりんごサンドがつきます。
- ・午後おやつは、野菜・果物・ヨーグルト又はお菓子になります。





7月の初期・中期献立表



認定こども園
五日市乳児保育園

		中期食		初期食	
日	曜日	昼食材料名	午後おやつ	材料名	
1	月	かれい・人参・玉葱・ほうれん草・じゃが芋	ベビーせんべい	人参・ほうれん草	
2	火	豆腐・人参・玉葱・かぼちゃ・赤ピーマン	すいか	豆腐・かぼちゃ・玉葱	
3	水	豆腐・人参・玉葱・小松菜・じゃが芋	バナナ	じゃが芋・小松菜	
4	木	鱈・人参・玉葱・キャベツ・青梗菜	おろしりんご	人参・キャベツ	
5	金	豆腐・人参・玉葱・春雨・ほうれん草	スイートポテト	豆腐・ほうれん草・玉葱	
6	土	豆腐・人参・玉葱・じゃが芋・青梗菜	マンナビスケット	人参・じゃが芋	
8	月	かれい・人参・玉葱・キャベツ・小松菜	おろしりんご	キャベツ・小松菜	
9	火	豆腐・人参・玉葱・ピーマン・じゃが芋	バナナヨーグルト	玉葱・かぼちゃ	
10	水	豆腐・人参・玉葱・青梗菜・さつま芋	ベビーせんべい	豆腐・ほうれん草・さつま芋	
11	木	かれい・人参・玉葱・キャベツ・じゃが芋・トマト	かぼちゃの マッシュ	トマト・キャベツ	
12	金	豆腐・人参・玉葱・ほうれん草・さつま芋	バナナ	豆腐・人参・さつま芋	
13	土	🐟🐟🐟🐟 夏まつり 🐟🐟🐟🐟			
16	火	鱈・人参・玉葱・赤ピーマン・じゃが芋	マンナビスケット	人参・玉葱	
17	水	豆腐・人参・玉葱・青梗菜・トマト	バナナ	豆腐・青梗菜・トマト	
18	木	かれい・人参・玉葱・ブロッコリー・じゃが芋	すいか	キャベツ・ブロッコリー	
19	金	豆腐・人参・玉葱・赤ピーマン・黄ピーマン・さつま芋	ヨーグルト	豆腐・人参・さつま芋	
20	土	豆腐・人参・玉葱・ほうれん草・じゃが芋	バナナ	玉葱・ほうれん草	
22	月	豆腐・レバー・人参・玉葱・ブロッコリー・じゃが芋	おろしりんご	人参・玉葱	
23	火	かれい・人参・玉葱・キャベツ・豆腐・ほうれん草	さつま芋マッシュ	キャベツ・ほうれん草	
24	水	豆腐・人参・玉葱・ピーマン・かぼちゃ	おろしりんご	豆腐・人参・かぼちゃ	
25	木	鱈・人参・玉葱・青梗菜・トマト・じゃが芋	かぼちゃの マッシュ	玉葱・青梗菜	
26	金	豆腐・人参・玉葱・春雨・さつま芋・小松菜	バナナ	豆腐・小松菜・さつま芋	
27	土	豆腐・人参・玉葱・キャベツ・ブロッコリー	マンナビスケット	人参・キャベツ	
29	月	豆腐・人参・玉葱・ピーマン・かぼちゃ	バナナ	豆腐・かぼちゃ・玉葱	
30	火	かれい・人参・玉葱・ブロッコリー・キャベツ	ベビーせんべい	人参・キャベツ	
31	水	豆腐・人参・玉葱・じゃが芋・ほうれん草	かぼちゃの マッシュ	豆腐・ほうれん草・じゃが芋	

- ・昼食には、お粥がつきます。
- ・初期は1回食(お粥と野菜2品)、中期は昼食と午後おやつになります。
- ・初期食荒のみ豆腐、中期食では豆腐又は鱈・かれい・レバーを使用しています。
- ・中期の午後おやつは、野菜又は果物・ヨーグルト、市販のおやつになります。
- ・初期食の細のみは青字、荒のみは赤字の記載になります。

