

園だより 10月

令和7年10月1日

五日市にしこども園
園長 旗手 美恵

10月の行事予定

秋の高い空に爽やかな風が吹き、過ごしやすい季節となりました。子どもたちも戸外での活動を存分に楽しみ、元気な笑顔があふれています。

散歩や公園探索で木の実拾いや虫探しなど身近な自然に触れてのびのびと遊ぶ中で、一人ひとりが経験する感動や発見に共感しながら、感性豊かな心を育てていきたいと思っています。

子どもたちは今、かけっこや表現、運動遊びを十分に楽しみ生き生きと活動しています。運動会に向けて、パワー全開で楽しみ取り組む姿に成長を感じる日々です。中でも、こども園最後の運動会になるぱんだ組の子どもたちは、繰り返し取り組む中で、だんだん真剣な表情になり、子ども同士でどうしたらいいかを考えたり、伝え合ったりし、年長らしい姿が見られます。

友だちと一緒に思いきり身体を動かして遊びこむ過程での、勝った喜びや負けた悔しさ、仲間意識や葛藤、その子なりの目標や挑戦、やり遂げる充実感など、様々な感情を経験していく子どもたちは運動能力の育ちだけでなく心も大きく成長し、ずいぶんたくましくなりました。また、そんな姿に乳児クラスの子も影響を受けているようで、競技をじーっと見たり、身体を揺らしたりして喜ぶなど、かわいい笑顔にあふれています。

日頃の遊びや取り組みの中での育ちを大切に見守りながら、子どもたちの意欲あふれる姿を一杯応援していきたいと思っています。

引き続き熱中症対策や朝夕と日中の気温差による風邪など、子どもたちの体調管理には十分留意して、健康に過ごせるようにしていきたいと思っています。

1	水	ABC(きりん・ぞう・ぱんだ組)
2	木	
3	金	Kits アドベンチャー(ぱんだ組)
4	土	ちびっこ運動会(ひよこ・りす・うさぎ組)
5	日	
6	月	身体測定 お月見会 
7	火	Kits アドベンチャー(ぞう組)
8	水	Kits アドベンチャー(きりん組)
9	木	
10	金	
11	土	
12	日	
13	月	スポーツの日
14	火	
15	水	にじの広場「運動会ごっこ」
16	木	
17	金	
18	土	運動会(きりん・ぞう・ぱんだ組)
19	日	
20	月	避難訓練(水害) キッズ体操(きりん・ぞう組) 
21	火	遠足「五日市中央公園」(うさぎ組) Kits アドベンチャー(ぱんだ組)
22	水	ABC(きりん・ぞう・ぱんだ組)
23	木	キッズ体操(うさぎ・ぱんだ組) Kits アドベンチャー(ぞう組)
24	金	遠足「安佐動物公園」(きりん・ぞう・ぱんだ組)
25	土	わかばパパ応援教室
26	日	
27	月	
28	火	消防署立ち合い避難訓練 
29	水	誕生日会
30	木	わかばママ応援教室 
31	金	ハロウィンパーティー クッキング「サイエンスクッキング」

10月 秋の火災予防運動

秋の火災予防運動 11月9日～15日

11月9日は「119番の日」



『急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし』
佐伯消防署予防課 TEL 921-2236





ほけんだより

令和7年10月1日
五日市にじこども園

夏の暑さもひと段落つき、過ごしやすい季節になりました。空を見上げると、夏の入道雲が消え、きれいなうろこ雲へと変わってきました。スポーツの秋、食欲の秋…、様々な楽しみのある秋です。

子どもたちの体力もぐんと伸びる時期、しっかり身体を動かして、楽しい経験を通して健康な身体をはぐくんでいきましょう。



10月10日は目の愛護デー

2つの10を横に倒すと、まゆと目の形に見えることから、10月10日は目の愛護デーとされています。乳幼児期は、子どもの目ももっとも育つ時期。この機会に、子どもの「目」の健康をあらためて見直してみましょう。

目をたいせつに

「見る力」を育てるポイント

□いろいろなものを見る体験を

□明るさ、暗さのメリハリある生活を



日中は光を浴び、夜は暗くして眠る。

全身運動は眼球、視神経・脳の発達を促す。



□広い空間で体と目を動かす機会を

止まっているもの動いているもの、小さなもの大きいもの、遠くにあるもの近くにあるものなど、いろいろなものを見る体験が、目によい刺激になる。



□テレビやゲームは、時間を決めて



テレビは正面から見る。いつも横目で見てみると、視力に左右差が出ることも。また、携帯ゲームなど狭い範囲の平面画像を見続けることは、目の負担になるので、乳幼児は避ける。

子どもの皮膚のはなし

みずみずしく見える0、1、2歳児の肌ですが、実は大人よりも表面を覆っている表皮がずっと薄いので、乾燥しやすいのです。また、皮脂の分泌量も少ないため、バリア機能も低く、汚れや汗などの刺激ですぐに荒れたり、かぶれたりすることも。季節の変わり目は乾燥しやすいので、肌に合った保湿クリームなどをこまめに塗って、水分や脂分を補いましょう。



薄着の習慣は「秋」からスタート

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせたくなりませんが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも、今から薄着を心がけていきましょう。

薄着で「過ごすコツ」

- 寒いときは薄手の上着で調節する
- 肌着を着て保温する
- おなかと背中が出ないようにする



大人より「少し遅く」「1枚少なく」!

大人が「長そでを着よう」と思ったとき、子どもは長そでにするのを少し遅らせる。大人が重ね着するとき、子どもは1枚少なく着せる。こうすると、自然と薄着が習慣づけられます。



令和7年10月1日
五日市にじこども園

今年は、中秋の名月が10月6日となっており、お月見会に運動会、ハロウィンパーティーと行事が盛りだくさんです。お月見会ではうさぎや月、ハロウィンではおばけやかぼちゃをイメージした献立となっています。たくさん身体を動かし、いっぱい食べて元気に過ごしましょう。



☆おやつについて☆

子どもたちはおやつの時間が大好きです。おやつは子どもにとって「楽しみ」の要素が強く、心の栄養となります。

また、子どもは小さな身体に対してたくさんのエネルギーが必要です。しかし、胃袋が小さく一度にたくさん食べられないので、一日3回の食事だけでは必要なエネルギーや栄養素が摂取できません。

おやつには、それを補う食事としての役割があります。子どもにとっておやつは大切な食事と考えましょう。。

菓子類の食べ過ぎに注意!

スナック菓子やクッキー、チョコレートなどの菓子類は、食べ過ぎると悪影響を及ぼすことがあります。

食べ過ぎによる身体への影響

- エネルギー過剰摂取による肥満
- 塩分の過剰摂取
- うま味調味料による味覚と嗜好の発達への影響

上手な与え方

- はじめにきちんと量を定める
- 袋から直接食べるのではなく皿に入れて与える



おやつの選び方

おやつは、お菓子やジュースだけではなくありません。ごはんやパン、麺類、イモ類、果物、野菜、牛乳などを組み合わせて選びましょう。できれば手作りが安心です。子どもといっしょにラップで作るおにぎりや、パンにジャムをぬる手作りサンドイッチなどがおすすめ。でも毎日手作りは大変ですよ？例えば、おせんべい+果物+牛乳、ビスケット+ヨーグルトというように、市販のお菓子にプラスしてほかの食品を組み合わせると良いでしょう。



園では、できる限り手作りおやつにこだわって提供しています。今回、秋の食材ならではのおやつのレシピを紹介します。

焼き大学芋

<材料> 4人分

- ・ さつまいも 中1本
- ・ 油 大さじ2
- ・ 砂糖 大さじ2.5
- ・ みりん 大さじ1
- ・ しょうゆ 大さじ1
- ・ 水 大さじ1
- ・ 黒ゴマ 適量

<作り方>

1. さつまいもは洗い、皮付きのまま乱切りにしておく。
2. オーブンを180度に予熱しておく。
3. さつまいもに油をまぶし、予熱したオーブンに入れ15分ほど焼く。
4. 鍋に砂糖、みりん、しょうゆ、水を合わせ入れ、とろみがつくまで火にかける。
5. さつまいもが柔らかくなっていたら、4の鍋に入れてしっかりと絡め、黒ゴマを和えたら完成!

ぜひお家でも作ってみてください。





10月の献立表



日付	献立名	材料名 (〇は午後おやつ材料)			おやつ (〇は午後おやつ)
		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 水	ごはん 麻婆豆腐 小松菜のサラダ バナナ 牛乳(3歳未満児)	米、〇スティックタルト(りんご)、減塩和風ドレッシング、片栗粉、ごま油、砂糖	〇牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ちくわ、米みそ、牛乳	バナナ、こまつな、たまねぎ、にんじん、もやし、たけのこ、しいたけ、葉ねぎ	〇スティックタルト(りんご) 〇牛乳(全園児)
02 木	ロールパン ウインナーオムレツ ひじきのナムル オニオンスープ 牛乳(3歳未満児)	ロールパン、じゃがいも、砂糖、ごま油	〇牛乳、卵、ウインナー、チーズ、ひじき、牛乳	〇かき、たまねぎ、きゅうり、にんじん、ほうれんそう、しめじ、黄ピーマン	〇柿 〇牛乳(全園児)
03 金	ごはん 鱈の磯辺揚げ キャベツの梅和え 豆腐のみそ汁 牛乳(3歳未満児)	米、〇ホットケーキ粉、小麦粉、油	〇牛乳、さわら、木綿豆腐、〇調製豆乳、〇つぶしあん、ハム、米みそ、カットわかめ、あおのり、牛乳	キャベツ、もやし、たまねぎ、にんじん、練り梅	〇どら焼き 〇牛乳(全園児)
04 土	ナポリタン ブロッコリーのサラダ みかん缶 牛乳(3歳未満児)	スパゲティ、〇デニッシュ(ミルク)、エッグケア、油	〇牛乳、ベーコン、牛乳	みかん缶、にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、ピーマン	〇デニッシュ(ミルク) 〇牛乳(全園児)
ひよこ・りす・うさぎ組 運動会					
06 月	栗ごはん お月見バーグ おさつサラダ うさぎりんご 牛乳(全園児)	米、さつまいも、〇小麦粉、エッグケア、〇無塩バター、〇砂糖	牛乳、FM薄味うさぎハンバーグ、卵、くり、〇牛乳	りんご、〇お月様ゼリー、きゅうり、にんじん	〇お月様ゼリー 〇うさぎのクッキー 〇牛乳(3歳未満児)
07 火	ごはん カレイの煮つけ ほうれん草の和え物 玉ねぎのみそ汁 牛乳(3歳未満児)	米、〇お米スティックケーキ(バナナ)、片栗粉、砂糖、白ごま	〇牛乳、かたい、米みそ、油揚げ、牛乳	ほうれんそう、もやし、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、葉ねぎ、いんげん	〇お米スティック(バナナ) 〇牛乳(全園児)
08 水	焼きそば 青じそブロッコリー パイン缶 牛乳(3歳未満児)	ゆで中華めん、〇食パン、〇エッグケア	〇牛乳、豚肉(もも)、〇とろけるチーズ、〇しらす干し、かまぼこ、牛乳	パイン缶、ブロッコリー、にんじん、キャベツ、たまねぎ、もやし、ピーマン	〇じゃこトースト 〇牛乳(全園児)
09 木	味パン きのこのクリームシチュー キャベツのサラダ オレンジ 牛乳(全園児)	味パン、じゃがいも、砂糖	牛乳、〇牛乳、調製豆乳、鶏もも肉(皮なし)、ハム	オレンジ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、しめじ、エリンギ、コーン	〇フルーチェ メロン
10 金	ごはん 厚揚げの中華煮 切干大根のごまドレ 卵スープ 牛乳(3歳未満児)	米、〇ホットケーキ粉、〇砂糖、〇油	〇牛乳、厚揚げ、豚肉(もも)、卵、〇調製豆乳、ちくわ、牛乳	たまねぎ、にんじん、きゅうり、もやし、チンゲンサイ、切り干しだいこん、葉ねぎ、〇いちごジャム	〇焼きいちご ドーナツ 〇牛乳(全園児)
11 土	豚肉丼 粉ふき芋 バナナ 牛乳(3歳未満児)	米、じゃがいも、〇パウムクーヘン、砂糖	〇牛乳、豚肉(もも)、あおのり、牛乳	バナナ、はくさい、たまねぎ、にんじん、いんげん	〇パウムクーヘン 〇牛乳(全園児)
14 火	ごはん タラの香草パン粉焼き ほうれん草の菜種和え 納豆のみそ汁 牛乳(3歳未満児)	米、〇小麦粉、〇無塩バター、パン粉、油、〇砂糖、砂糖	〇牛乳、たら、卵、木綿豆腐、〇調製豆乳、挽きわり納豆、〇チーズ、米みそ、牛乳	ほうれんそう、もやし、にんじん、えのきたけ、葉ねぎ、パセリ、玉ねぎ	〇チーズスコーン 〇牛乳(全園児)
15 水	にゅうめん マヨポテト りんご 牛乳(3歳未満児)	じゃがいも、干しとうめん、〇パイ生地、エッグケア、〇グラニュー糖	〇牛乳、豚肉(もも)、かまぼこ、ハム、米みそ、牛乳	りんご、はくさい、たまねぎ、にんじん、しいたけ、〇干しぶどう、葉ねぎ	〇パルミエ 〇牛乳(全園児)
16 木	豆腐カレーライス じゃこサラダ バナナ 牛乳(3歳未満児)	米、じゃがいも、〇小麦粉、〇油、〇砂糖、〇白ごま、砂糖	〇牛乳、絹ごし豆腐、豚肉(もも)、しらす干し、牛乳	バナナ、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー	〇ちんすこう 〇牛乳(全園児)
17 金	ロールパン マーマレードチキン キャベツのフレンチドレ キャロットスープ 牛乳(全園児)	ロールパン、〇コーンフレーク、〇砂糖、片栗粉	牛乳、〇ヨーグルト(無糖)、鶏もも肉(皮なし)、ハム	キャベツ、にんじん、マーマレード、たまねぎ、こまつな	〇コーンフレーク ヨーグルト

日付	献立名	材料名 (〇は午後おやつ材料)			おやつ (〇は午後おやつ)
		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	
18 土	ジャージャー麺 おさつスティック パイン缶 牛乳(3歳未満児)	給食用ラーメン、さつまいも、〇ピープ、片栗粉、ごま油	〇牛乳、豚ひき肉、米みそ、牛乳	パイン缶、たまねぎ、にんじん、しいたけ、葉ねぎ	〇ピープ 〇牛乳(全園児)
きりん・ぞう・ぱんだ組 運動会					
20 月	ごはん 鮭の塩焼き 小松菜と厚揚げの煮浸し 里芋のみそ汁 牛乳(3歳未満児)	米、さといも、〇バター、〇焼ふ、〇砂糖、砂糖	〇牛乳、さけ、厚揚げ、米みそ、〇きな粉、カットわかめ、牛乳	こまつな、もやし、たまねぎ、にんじん	〇お麩のラスク(きな粉) 〇牛乳(全園児)
21 火	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 ほうれん草の白和え 柿 牛乳(3歳未満児)	米、〇ホットケーキ粉、白ごま、砂糖	〇牛乳、鶏もも肉(皮なし)、木綿豆腐、〇調製豆乳、〇ハム、米みそ、牛乳	かき、たまねぎ、だいこん、にんじん、ほうれんそう、ブロッコリー、糸こんにゃく、〇コーン	〇ハムコーン マフィン 〇牛乳(全園児)
うさぎ組 遠足					
22 水	煮込みうどん ツナサラダ オレンジ 牛乳(全園児)	ゆでうどん、〇米、エッグケア	牛乳、鶏もも肉(皮なし)、ツナ油漬缶、かまぼこ、〇かつお節	オレンジ、きゅうり、にんじん、たまねぎ、はくさい、葉ねぎ	〇おかかおむすび
23 木	ごはん 高野豆腐のチャンプル 春雨の酢の物 わかめスープ 牛乳(3歳未満児)	米、〇さつまいも、はるさめ、〇砂糖、砂糖、〇油、ごま油、〇黒ごま	〇牛乳、卵、豚肉(もも)、凍り豆腐、ハム、カットわかめ、牛乳	たまねぎ、にんじん、きゅうり、チンゲンサイ	〇焼き大学芋 〇牛乳(全園児)
24 金	味パン 照り焼きチキン かみかみごぼうサラダ みかん缶 牛乳(3歳未満児)	味パン、エッグケア、片栗粉、白ごま	〇牛乳、鶏もも肉(皮なし)、牛乳	みかん缶、ごぼう、もやし、ほうれんそう、にんじん、〇ブルーベリージャム	〇カナッペ(ブルーベリー) 〇牛乳(全園児)
きりん・ぞう・ぱんだ組 遠足					
25 土	衣笠井 コロコロポテト バナナ 牛乳(3歳未満児)	米、じゃがいも、〇塩バターパン、砂糖	〇牛乳、卵、豚肉(もも)、油揚げ、牛乳	バナナ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ	〇塩バターパン 〇牛乳(全園児)
27 月	ごはん 鶏肉の唐揚げ ミニトマト ブロッコリーのサラダ パイン缶 牛乳(3歳未満児)	米、〇食パン、〇エッグケア、砂糖、油	〇牛乳、鶏肉のからあげ、〇卵、牛乳	パイン缶、ミニトマト、ブロッコリー、にんじん、黄ピーマン	〇たまごサンド 〇牛乳(全園児)
28 火	大豆入り肉みそ スパゲティ 海藻サラダ りんご 牛乳(全園児)	スパゲティ、減塩和風ドレッシング、〇砂糖、砂糖、片栗粉	牛乳、豚ひき肉、鶏レバー、大豆水煮、ちくわ、米みそ、〇ゼラチン、カットわかめ	〇ぶどう濃縮果汁、りんご、たまねぎ、きゅうり、にんじん、ピーマン	〇ぶどうゼリー
29 水	クロワッサン ザクザクチキン 花きゅうり コールスロー コーンポタージュ 牛乳(3歳未満児)	クロワッサン、〇ホットケーキ粉、コーンフレーク、小麦粉、コールスロードレッシング、〇砂糖、油、〇純ココア	〇牛乳、鶏むね肉(皮なし)、〇絹ごし豆腐、ベーコン、牛乳	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン	〇ブラウニー 〇牛乳(全園児)
30 木	ごはん 鱈の焼き南蛮漬け もやしの中華和え バナナ 牛乳(3歳未満児)	米、〇米粉クレープ(いちご)、砂糖、白ごま、ごま油	〇牛乳、あじ、ハム、牛乳	バナナ、もやし、にんじん、たまねぎ、ピーマン、こまつな、しょうが	〇米粉クレープ(いちご) 〇牛乳(全園児)
31 金	☆ハロウィンプレート☆ ・ケチャップライス ・ハンバーグ ・パンプキンサラダ ・みかん缶 牛乳(3歳未満児)	米、〇小麦粉、〇無塩バター、〇砂糖、エッグケア、バター、〇純ココア、〇氷みつ いちご(ぱんだ組)	〇牛乳(ひよこ～ぞう組)、〇豆乳(ぱんだ組)、FM薄味かぼちゃハンバーグ、のり佃煮、牛乳	〇パイナップル濃縮果汁(ぱんだ組)、みかん缶、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、きゅうり、〇パイン缶(ぱんだ組)、〇ブルーベリージャム、コーン	〇ハロウィンクッキー 〇牛乳(ひよこ～ぞう組) 〇サイエンスドリンク(ぱんだ組)

は、お誕生日会です。

3歳未満児の朝のおやつはお菓子です。

は、にじきつずレストランの日です。

は、手作りおやつです。

3歳以上児の朝のおやつはありません。





10月 離乳食献立表



2025年

日/曜日	献立名	後期・中期食 材料名	後期食おやつ (午後)
1	麻婆豆腐	豆腐・豚ミンチ・玉ねぎ・人参・ブロッコリー	バナナ
水	小松菜のサラダ	小松菜	
2	ひじきおかゆ	ひじき	ウエハース
木	ポテト煮 オニオンスープ	鶏ささみ・じゃが芋・人参・黄ピーマン・ほうれん草 玉ねぎ	
3	魚とキャベツのさっと煮	カレイ・キャベツ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ	ホットケーキ
金	豆腐のみそ汁	豆腐	
4	ミートスパゲティー	スパゲティー・鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・ピーマン	みかん缶
土	ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー	ひよこ組 運動会
6	さつまいもの甘煮	豚ミンチ・さつまいも・人参・玉ねぎ	煮りんご
月	スティックきゅうり	きゅうり	
7	魚の煮付け	カレイ・玉ねぎ・人参・インゲン・かぼちゃ	白せんべい
火	ほうれん草の和え物	ほうれん草	
8	みそ煮込みうどん	うどん・鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン	ブルーベリージャムサンド
水	ブロッコリーのくたくた煮	ブロッコリー	
9	シチュー	鶏ささみ・じゃが芋・人参・玉ねぎ	バナナ
木	キャベツのサラダ	キャベツ	
10	豆腐の中華風煮	豆腐・豚ミンチ・玉ねぎ・チンゲン菜・さつまいも	いちごドーナツ
金	キャロットスープ	人参	
11	鶏肉丼	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・白菜・インゲン	ウエハース
土	こふき芋	じゃが芋	
14	魚のみそ煮	カレイ・ほうれん草・人参・大根	パンケーキ
火	玉ねぎのすまし汁	玉ねぎ	
15	にゅうめん	そうめん・鶏ミンチ・白菜・玉ねぎ・人参	おろしりんご
水	スティックポテト	じゃが芋	
16	豆腐の煮物	豆腐・豚ミンチ・玉ねぎ・人参・じゃが芋	バナナ
木	じゃこサラダ	ブロッコリー・しらす干し	
17	キャロットチキン	鶏ささみ・人参・玉ねぎ・小松菜	ヨーグルト
金	キャベツのさっと煮	キャベツ	



五日市にじこども園

日/曜日	献立名	後期・中期食 材料名	後期食おやつ (午後)
18	ジャージャー麺	うどん・豚ミンチ・玉ねぎ・人参・大根	白せんべい
土	おさつスティック	さつまいも	
20	魚の野菜あんかけ	カレイ・玉ねぎ・人参・キャベツ	ウエハース
月	小松菜のみそ汁	小松菜	
21	そぼろ煮	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・大根・ブロッコリー	マフィン
火	ほうれん草の白和え	ほうれん草・豆腐	
22	煮込みうどん	うどん・鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・白菜	煮りんご
水	スティックきゅうり	きゅうり	
23	豆腐とかぼちゃのうま煮	豆腐・豚ミンチ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ	さつまいもマッシュ
木	チンゲン菜のスープ	チンゲン菜	
24	鶏肉の煮物	鶏ささみ・玉ねぎ・人参・白菜	みかん缶
金	大根のみそ汁	大根	
25	そぼろ丼	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・小松菜	アンパンマンビスケット
土	コロコロポテト	じゃが芋	
27	鶏肉のトマト煮	鶏ささみ・ブロッコリー・人参・黄ピーマン・トマト	マーメレードジャムサンド
月	バナナ	バナナ	
28	肉みそスパゲティー	スパゲティー・鶏レバー・玉ねぎ・人参・ピーマン	ぶどうゼリー
火	煮りんご	りんご	
29	リゾット	鶏ミンチ・玉ねぎ・かぼちゃ・キャベツ	蒸しパン
水	スティック人参	人参	
30	魚と野菜の煮物	カレイ・玉ねぎ・人参・ピーマン	バナナ
木	小松菜のお浸し	小松菜	
31	キャロットおかゆ かぼちゃの甘煮	人参 鶏ミンチ・かぼちゃ・玉ねぎ・トマト	ホットケーキ
金	みかん缶	みかん缶	

☆離乳食にはおかゆがつきます。

☆後期食は午前(お菓子とミルク)、お昼の離乳食、午後(おやつとミルク)です。

