2026 年度　9月　こばとぽっぽだより　2026.8.28

お盆明けより、朝夕涼しさを感じるようになりましたね。園庭では、畑のさつま芋、お米の稲が成長し、収穫する日を待ちわびている子ども達です。

10月には、幼児クラスの「運動会」乳児クラスの「赤ちゃん遊びの会」があります。日頃から楽しんでいる遊びの姿を、運動会、赤ちゃん遊びの会でご覧いただきたいと思っております。ご家族そろって応援よろしくお願いします。ご案内を9月中にルクミーでお知らせいたしますのでご確認ください。

お米の穂が
実りました

畑では、さつま芋が
元気いっぱい成長中！
芋ほりが楽しみです

9月の予定　　☆保護者参加行事

9（水）	造形あそび（すいか）湯原先生がきてくれます
11（金）	おじいちゃんおばあちゃんの日　おじいちゃんおばあちゃんのご参加お待ちしています　　9/1までにノートに記載してお知らせください
14（月）	絵本の読み聞かせ会　ボランティアの中井さんが来てくれます
15（火）	音楽あそび（みかん）二宮先生が来てくれます
16（水）	☆誕生日会　10:00～10:30 誕生月のお子さんの保護者様は自由参加できます
29（火）	避難訓練

【安全への取り組み】

8/17 こばと保育園と合同避難訓練（地震・津波）

こばと保育園と合同で避難訓練を行いました。地震の後に津波が発生した想定で行いました。2園がぽっぽの3階に避難して一緒に話を聞きました。3階には、防災食3回分、水、ミルク、おむつなどを置いてある防災倉庫が2つあります。今年は、ポータブル電源の購入も考えています。

9/1は、防災の日ですね。1923年9月1日に発生した関東大震災を教訓に、災害への意識を高める目的で制定されました。日本は、災害の多い国と言われています。いつどこで災害が起こるかもしれません。いざという時の為に、防災食などをご家庭でも備えておきましょう。

3階の防災倉庫
誰でも提供できる
ように、
標示と色分けをし
ています。

ミスト扇風機
充電式なので、コン
セントが無くても使
用できます。

液体ミルクがあると
お湯が無くても良い
ので便利です。

アレルギー２８品目対応
防災食の一部です

夏まつりごっこをしました

7月30日（木）にすいか組さんが中心となり、夏まつりごっこを行いました。
すいか組の子どもたちが相談をし、内容を考え、出し物、屋台など作り上げました。
当日は、乳児クラスもゆっくり楽しめるように、3部制にし、屋台、おみこし、盆踊りを楽しみ、大喜びの子どもたちでした！給食の先生も、屋台の焼きそば屋さんになり、子ども達はチケットを渡し、焼きそばをもらいました。みんなで、お祭りを満喫することが出来ましたよ。

教育・保育を進めていく中で、こんな力が育って欲しいという「10の姿」があります。

（10の姿について、3枚目に詳しくお伝えします）

夏まつりごっこを通して、子ども達の成長を10の姿でお伝えします。

【自立心】最後まで友だちと一緒にやり遂げて自信に繋がった
【協同性】友だちの意見に耳を傾ける、協力して屋台の出し物を作る
【道徳性・模範意識の芽生え】乳児さん向け、幼児さん向けの屋台の物を考え作る
【数量・図形標識や文字などへの関心】出来た屋台のお土産の数を自分たちで数え確認する
【言葉による伝え合い】お店屋さんをすることで「いらっしゃいませ」「ありがとうございました」など言葉によりやり取りを楽しむ

子どもたちが自ら考え、行動出来るようになっていく事が、子どもの成長に繋がっていきます。今回の夏まつりごっこを通して、子どもたちの「やりたい！」を叶える事ができ、素敵な経験となりました。

クラスで人気の絵本の紹介

絵本コーナーに、たくさん絵本があるのでご利用くださいね！

毎日、子どもたちは色んな絵本を読んで楽しんでいます。その中でも、今クラスで人気の絵本を紹介します。子どもたちは絵本を見たり、読むことで、文字に興味を持ったり、想像したり、言葉が発達するきっかけにもなります。
たくさん絵本を読んでいきましょう！

幼児期の終わりまでに育ってほしい「10の姿」

子どもたちは、毎日の遊びや生活の中で、さまざまな力を身につけています。
「10の姿」は、小学校入学までにこんな力が育ってほしいという、国が示している、子どもの成長の目安です。

こんな力が育っています

① **健康な心と体**
　元気に遊び、生活に必要なことを自分でしようとする力。

② **自立心**
　「自分でやってみよう」と考え、最後まで頑張る力。

③ **協同性**
　友だちと一緒に遊び、相談したり協力したりする力。

④ **道徳性・規範意識の芽生え**
　相手の気持ちを考え、約束やルールを大切にする心。

⑤ **社会生活との関わり**
　周りの人と関わりながら、社会の一員として生活する力。

⑥ **思考力の芽生え**
　「どうして？」「どうしたらいい？」と考え、工夫する力。

⑦ **自然との関わり・生命尊重**
　自然に触れ、命の大切さや不思議さに気づく心。

⑧ **数量や図形、標識や文字などへの関心・感覚**
　遊びや生活の中で、数・形・文字などに興味をもつ力。

⑨ **言葉による伝え合い**
　自分の思いを言葉で伝え、人の話を聞いて理解する力。

⑩ **豊かな感性と表現**
　感じたことや考えたことを、遊びや表現を通して楽しむ力。

大切なのは「できる・できない」ではありません

10の姿は、子どもを評価するものではありません。
毎日の遊びや友だちとの関わり、さまざまな体験の中で、一人ひとりのペースで少しずつ育っていくものです。園では、子どもたちの「やってみたい！」という気持ちを大切にしながら、遊びや生活を通して10の姿につながる経験を積み重ねています。

ほけんだより9月号

2026.9.1 芦屋こばとぽっぽ保育園

まだまだ残暑が続きますが、幾分朝夕は涼しい日もでてきました。夏の疲れが出やすくなる時期です。体調を整え、残暑を乗り切りましょう。

9月9日は救急の日です

転んで、落ちて……頭を打ったときのケア

赤ちゃんや子どもは転んだり落ちたりして頭を打つことがよくあります。そのときに怖いのが、頭蓋内でじわじわと出血して、時間差で症状が出ること。頭を打ったら、注意深く様子を見てあげましょう。

すぐ病院に！

一つでも当てはまる場合

- 繰り返し吐く
- 意識がもうろうとして、呼びかけても反応しない
- 手足の動きがいつもとちがう、左右差がある
- 目の瞳孔の大きさが左右でちがう
- 打ったところが陥没している、出血がひどい

左の項目にあてはまらないときは次の点を守って、数日間は注意して様子を見ましょう。

- 当日はおふろに入らず、静かに過ごさせる
  頭蓋内で出血していた場合、入浴して血行がよくなることで症状が進みます。
- 症状が出てきたらすぐに受診する
- 夜寝ているときの様子もチェックする

睡眠中に意識障害を起こす可能性もあるので、寝返りを打つか、声をかけたら反応するかなどを見ます。

- 少しずつ顔色が悪くなる
- 吐き気が出る、吐く
- 手足の動きがおかしい、ピクピクする
- 意識を失う、呼びかけても起きない

※ご自宅等で頭(首から上)を打った場合、受傷後 24 時間は、登園せずに様子を見ていただくようお願いします。週末などに、頭をケガして 24 時間以上経っている場合も、必ず登園時に当番保育教諭にお伝えください。時間が経ってから症状が現れる場合があります。

これで安心！ ちょっとしたけがのケア

元気な子どもは小さなすり傷や切り傷ができやすいもの。化膿させずに治す方法を知っておきましょう。

ウェットタイプの絆創膏は使い方をチェック！

モイストタイプ（ハイドロコロイド素材）の絆創膏は、2 歳以下の子どもには使えません。使用上の注意を守って使いましょう。

① 手当てする大人がまず手を洗う

手から汚れがうつるのを防ぎます。

② 傷口を流水で洗う

流水で傷口をやさしく洗い、泥や砂などを取り除きます。とげなどが刺さっているときは、毛抜きで抜き取ってから流水で傷を洗いましょう。

③ 傷口を保護する

絆創膏やガーゼなどで傷口を覆います。絆創膏は毎日交換して、傷の治り具合をチェックしましょう。

傷口の汚れやとげなどが取り除けない、傷がなかなか治らないときは、病院へ！

今月の身体測定：乳児1日(火)　幼児2日(水)

給食だより

2026年9月
こばとぽっぽ保育園

9月に入り、虫の音とともに秋の訪れを感じることが出来るようになってきました。
給食室には、今日も元気な子どもたちの声が聞こえてきますが、夏の疲れが出やすいのもこの季節です。
日中はまだまだ暑くても、朝晩には涼しくなってきますので、体調を崩さないようしっかり食べて、
元気に秋を迎えましょう♪

薄味でおいしく子どもの味覚を育てよう

★ 薄味でもおいしく食べる調理の工夫

だしのうま味を活用する
だしパックや水出しのだしでも、塩分を控える助けになります。うま味が塩味を引き立てるので、自然に塩分を減らせます。

酸味・香りで味に変化をつける
レモン・酢・しそ・みょうがの酸味や香りは、少ない塩分でも「おいしい」と感じさせてくれます。仕上げに香りをプラスするだけで大丈夫です。

食材本来の甘みを引き出す
蒸す・じっくり加熱することで、かぼちゃやさつまいもの甘みが増します。素材の甘みを活かすことで、調味料を減らしても満足感のある味わいになります。

仕上げに「塩」をひとつまみ
調理中より仕上げにひとつまみの塩をかける方が塩味を感じやすく、使う量を自然に減らせます。

★「うま味」を知ると、塩分は自然に減る

「うま味」は他の味覚とは少し性質が異なります。うま味は食体験を通じて学習・発達する味覚です。だしのうま味をくり返し経験することで、「おいしい」と感じる感覚が育っていきます。

「うま味」は日本で見つかった基本味のひとつです。1908年、東京大学（当時は東京帝国大学）の池田菊苗博士が昆布だしの中から「グルタミン酸」を発見し、「UMAMI」として世界に広まりました。

【3種類のうま味成分】

グルタミン酸	昆布・チーズ・トマト
イノシン酸	かつお・煮干し・鶏肉
グアニル酸	干ししいたけ

●食塩の摂取目標量
1-2歳児 3.0g未満/日
3-5歳児 3.5g未満/日

☆タンドリーチキン
材料（4人分）
鶏もも肉・・・200g
おろししょうが・・・少々
マヨネーズ・・・大さじ1
ケチャップ・・・小さじ1
醤油・・・小さじ1
カレー粉・・・少々
片栗粉・・・小さじ1

作り方
①鶏肉を食べやすい大きさに切る。
②調味料を入れて、15分漬け込む。
③180℃のオーブンで15分程度焼く。

非常食は用意していますか？

9月1日は“防災の日”です。
そして、この日を含む1週間は“防災週間”です。
最近は、たとえ台風が来なくても大雨が降ると河川が氾濫したり・・・と災害が身近なものになってきた気がします。
日頃からの備えが大切です。
飲料水やアルファ化米、レトルト食品など、非常食の備蓄は3日分または、大規模災害の時は1週間が望ましいとされています。飲料水は1人1日3リットルが目安です。
また、災害時は大人でも緊張した雰囲気の中で過ごします。子どもはなおさらです。
食べなれないレトルト食品や飲みなれないミルクは食べづらく飲みづらいものになる可能性も。。。
この日を機会に準備したものを見直しすること、準備した食品を、子ども達と一緒に食べてみることをお勧めします。
園では、子どもたちの食べやすい非常食を3日分備蓄しています。

9月のこんだて

芦屋こばとぽっぽ保育園
2026年　9月

曜日	日	献立名	材料名	おやつ	材料名
1 15	火	ごはん れんこんバーグ トマト塩昆布和え 野菜スープ	米 豚ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、れんこん、麦みそ、しょうゆ、片栗粉、ケチャップ はくさい、きゅうり、トマト、コーン（冷凍）、塩こんぶ かつおだし汁、かぼちゃ、たまねぎ、しめじ	牛乳 おかし ぶどうゼリー	寒天、ぶどう、ぶどうジュース、砂糖
2 30	水	ごはん 鮭の西京焼き 高野豆腐の煮物 すまし汁	米 さけ、麦みそ、本みりん 凍り豆腐、にんじん、干ししいたけ、だいこん、油揚げ、しょうゆ、本みりん、砂糖 かつおだし汁、たまねぎ、えのきたけ、こまつな、しょうゆ	牛乳、 りんご キャロットケーキ	小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー、にんじん、干しぶどう、油、食塩
3 17	木	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ほうれん草のゴマネーズサラダ トマトスープ	米 鶏もも肉、しょうゆ、マーマレード ほうれんそう、コーン、マヨネーズ、キャベツ、にんじん、ツナ水煮缶、すりごま かつおだし汁、トマト、たまねぎ、じゃがいも、しめじ、しょうゆ	牛乳、 なし スイートポテト	さつまいも、砂糖、無塩バター、豆乳
4 18	金	ごはん 鰆の照り焼き 切干し大根の旨煮 キャベツのツナサラダ 野菜スープ	米 さわら、しょうゆ（うすくち）、みりん、砂糖、清酒 切り干しだいこん、油揚げ、にんじん、干ししいたけ、しらたき、しょうゆ、砂糖、みりん キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ水煮缶、しめじ、しょうゆ、砂糖、マヨネーズ かつおだし汁、木綿豆腐、こまつな、たまねぎ、なす、しょうゆ	牛乳、 なし おかし	
5 19	土	ツナチャーハン じゃがそぼろ 野菜スープ	米、ツナ水煮缶、たまねぎ、えだまめ（冷凍）、にんじん、油、しょうゆ、食塩 じゃがいも、油、食塩、豚ひき肉、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉、水 かつおだし汁、たまねぎ、はくさい、にんじん、しょうゆ、木綿豆腐	牛乳、 りんご おかし	
7	月	ごはん 鮭ときのこのホイル焼き ひじきサラダ 野菜スープ	米 さけ、食塩、こしょう、しめじ、えのきたけ、バター、麦みそ ひじき、砂糖、しょうゆ、にんじん、きゅうり、コーン（冷凍）、ツナ水煮缶、マヨネーズ かつおだし汁、木綿豆腐、はくさい、たまねぎ、かぼちゃ、しょうゆ	牛乳、 なし おかし	
8 29	火	ミートスパゲティ 大根ときゅうりのサラダ 野菜スープ	スパゲティ、オリーブ油、牛ひき肉、豚ひき肉、トマト、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、しょうゆ、片栗粉 だいこん、きゅうり、にんじん、コーン、ツナ水煮缶、マヨネーズ、砂糖、しょうゆ かつおだし汁、木綿豆腐、かぼちゃ、チンゲンサイ、えのきたけ、しょうゆ	牛乳 りんご おにぎり	米、塩昆布
9	水	さつまいもごはん 鰆の塩焼き 金時豆煮 チンゲン菜のツナあえ 野菜スープ	米、さつまいも、食塩、黒ごま さわら、食塩 いんげんまめ（乾）、三温糖 チンゲンサイ、もやし、きゅうり、にんじん、ツナ水煮缶、しょうゆ、砂糖 かつおだし汁、たまねぎ、こまつな、ごぼう、まいたけ、しょうゆ	牛乳 なし おかし	
10 24	木	ごはん 肉じゃが 切干大根のサラダ お味噌汁	米 じゃがいも、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、しらたき、いんげん、しょうゆ、砂糖、みりん 切り干しだいこん、にんじん、ブロッコリー、マヨネーズ、しょうゆ、砂糖、ごま かつおだし汁、木綿豆腐、ほうれんそう、たまねぎ、しいたけ、麦みそ	牛乳、 フルーツヨーグルト	ぶどう、りんご、みかん缶、ヨーグルト（無糖）、砂糖
11 25	金	ごはん かれいの中華漬け焼き 五目豆 野菜スープ	米 かれい、ねぎ、ごま、おろししょうが、ごま油、砂糖、しょうゆ、みりん だいず水煮缶詰、にんじん、れんこん、干ししいたけ、いんげん、しょうゆ、砂糖、みりん かつおだし汁、木綿豆腐、だいこん、ごぼう、カットわかめ、しょうゆ	牛乳 なし 焼きポテト（ゆかり）	フライドポテト、ゆかり
12 26	土	あんかけ野菜丼 うまっコリー 野菜スープ	米、豚肉(もも)、はくさい、たまねぎ、しいたけ、にんじん、しょうが、しょうゆ、砂糖、本みりん、片栗粉、ごま油 ブロッコリー、にんじん、いんげん、しょうゆ、マヨネーズ、すりごま、かつお節 かつおだし汁、木綿豆腐、じゃがいも、チンゲンサイ、カットわかめ、しょうゆ	牛乳 りんご おかし	
14 28	月	野菜カレー キャベツサラダ	米、鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、ピーマン、まいたけ、カレールウ、油、しょうゆ、片栗粉 ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、ハム、にんじん、マヨネーズ、しょうゆ、砂糖	牛乳 なし おかし	

※都合により献立、材料を変更することがあります。
※食べたことのない食品は家庭で食べておくようにしてください
※乳児は午前中に牛乳を摂取しています。

～行事食～

16	火	ロールパン タンドリーチキン 春雨中華サラダ 野菜スープ	ロールパン 鶏もも肉、おろししょうが、マヨネーズ、ケチャップ、しょうゆ、カレー粉、片栗粉、はるさめ、はくさい、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、コーン（冷凍）、ツナ水煮缶、カットわかめ、もやし たまねぎ、だいこん、えのきたけ、しょうゆ、かつお・昆布だし汁	牛乳 なし 2色おはぎ	米、黒ごま、きなこ、砂糖

芦屋こばと保育園
2026年9月

離乳食献立
後期食

日	曜日	献立名	材料	おやつ名	
1	火	おかゆ	米	おかし	
		豆腐ハンバーグ	木綿豆腐　鶏ひき肉　たまねぎ　片栗粉	りんご	
		はくさいの煮物	はくさい　きゅうり　醤油　かつおだし		
15		野菜スープ	玉ねぎ　人参　醤油　かつおだし		
2	水	おかゆ	米	スイートポテト	さつまいも、牛乳
		さけの煮物	さけ　みそ　かつおだし　片栗粉	りんご	
		だいこんの煮物	だいこん　人参　醤油　かつおだし　片栗粉		
30		野菜スープ	玉ねぎ　じゃがいも　しょうゆ　かつおだし		
3	木	おかゆ	米	キャロットケーキ	にんじん、HM、牛乳
		鶏団子の煮つけ	鶏ひき肉　醤油　かつおだし　片栗粉	りんご	
		ほうれんそうの煮物	ほうれんそう　きゅうり　人参　醤油　かつおだし　片栗粉		
17		野菜スープ	玉ねぎ　人参　なす　醤油　かつおだし		
4	金	おかゆ	米	おかし	
		カレイの照り焼き	かれい　醤油　かつおだし　片栗粉	りんご	
		キャベツの煮物	かぼちゃ　キャベツ　人参　きゅうり　醤油　かつおだし　片栗粉		
18		すまし汁	玉ねぎ　なす　木綿豆腐　醤油　かつおだし		
5	土	ツナ粥	米、ツナ　玉ねぎ　人参　醤油　かつおだし	おかし	
		じゃがいもの煮物	じゃがいも　たまねぎ　しょうゆ	りんご	
19		野菜スープ	玉ねぎ　人参　醤油　かつおだし		
7	月	おかゆ	米	おかし	
		鮭の照り焼き	鮭　醤油　かつおだし　片栗粉	りんご	
		ひじきのサラダ	ひじき　人参　きゅうり　醤油　かつおだし		
		野菜スープ	かぼちゃ　玉ねぎ　木綿豆腐　醤油　かつおだし		
8	火	スパゲティ煮	スパゲティ　鶏ひき肉　たまねぎ、にんじん　ケチャップ	おかかおにぎり	
		野菜煮	だいこん　きゅうり　にんじん　しょうゆ	りんご	
29		野菜スープ	かぼちゃ　木綿豆腐　しょうゆ　かつおだし		
9	水	おかゆ	米	おかし	
		かれいの照り焼き	かれい　醤油　かつおだし　片栗粉	りんご	
		チンゲンサイの煮物	チンゲンサイ、にんじん、きゅうり、醤油　かつおだし　片栗粉		
		野菜スープ	さつまいも　たまねぎ　醤油　かつおだし		
10	木	おかゆ	米	ミルク蒸しパン	小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー
		肉じゃが	鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、かつおだし、しょうゆ	りんご	牛乳
		切干大根の煮物	切干大根　人参　鰹節　醤油　片栗粉		
24		野菜スープ	玉ねぎ　木綿豆腐　大根　醤油　かつおだし		
11	金	おかゆ	米	いももち	じゃがいも、片栗粉
		かれいの煮物	かれい　かつおだし　しょうゆ　片栗粉	りんご	
		にんじんの煮物	人参　きゅうり　醤油　かつおだし　片栗粉		
25		野菜スープ	木綿豆腐　だいこん　人参　醤油　かつおだし		
12	土	野菜粥	米　鶏ひき肉　はくさい　にんじん	おかし	
		ブロッコリーの煮物	ブロッコリー　人参　醤油　かつおだし　片栗粉	りんご	
26		野菜スープ	じゃがいも　木綿豆腐　醤油　かつおだし		
14	月	おかゆ	米	おかし	
		そぼろあんかけ	じゃがいも　にんじん　鶏ひき肉	りんご	
		キャベツの煮物	じゃがいも、キャベツ、にんじん		
28		野菜スープ	人参　玉ねぎ　醤油　かつおだし		

～行事食～

16	お誕生日会	おかゆ	米	きなこおにぎり	
		鶏団子の煮つけ	鶏ひき肉　片栗粉　醤油　かつおだし　片栗粉	りんご	
		にんじんの煮物	人参　きゅうり　醤油　かつおだし		
火		野菜スープ	玉ねぎ　大根　醤油　かつおだし		

※都合により献立、材料を変更することがあります。

芦屋こばと保育園
2026年9月

離乳食献立
中期食

日	曜日	献立名	材料	おやつ名	
1 15	火	おかゆ	米		
		鶏団子の煮物	絹ごし豆腐　鶏ひき肉　たまねぎ　片栗粉		
		にんじんの煮物	にんじん　かつおだし		
		野菜スープ	玉ねぎ　人参　かつおだし		
2 30	水	おかゆ	米		
		かれいの煮物	かれい　　かつおだし　片栗粉		
		さつまいもマッシュ	さつまいも　こまつな　かつおだし　片栗粉		
		野菜スープ	だいこん　にんじん　たまねぎ　　かつおだし		
3 17	木	おかゆ	米		
		鶏団子の煮つけ	鶏ひき肉　かつおだし　片栗粉		
		にんじんの煮物	人参　玉ねぎ　かつおだし　片栗粉		
		野菜スープ	人参　じゃがいも　かつおだし		
4 18	金	おかゆ	米		
		カレイの煮物	かれい　　かつおだし　片栗粉		
		にんじんの煮物	人参　かぼちゃ　かつおだし　片栗粉		
		すまし汁	玉ねぎ　木綿豆腐　かつおだし		
5 19	土	おかゆ	米		
		じゃがいもの煮物	じゃがいも　たまねぎ		
		野菜スープ	玉ねぎ　木綿豆腐　人参　かつおだし		
7	月	おかゆ	米		
		かれいの煮つけ	かれい　かつおだし　片栗粉		
		かぼちゃマッシュ	かぼちゃ　はくさい　かつおだし		
		野菜スープ	にんじん　玉ねぎ　かつおだし		
8 29	火	おかゆ	米		
		鶏団子の煮物	鶏ひき肉　かつおだし　片栗粉		
		だいこんの煮物	だいこん　にんじん　かつおだし		
		野菜スープ	かぼちゃ　木綿豆腐　玉ねぎ　かつおだし		
9	水	おかゆ	米		
		かれいの照り焼き	かれい　　かつおだし　片栗粉		
		にんじんの煮物	さつまいも　にんじん　かつおだし　片栗粉		
		野菜スープ	たまねぎ　　かつおだし		
10 24	木	おかゆ	米		
		肉じゃが	鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、かつおだし		
		にんじんの煮物	にんじん　かつおぶし　片栗粉		
		野菜スープ	玉ねぎ　木綿豆腐　大根　かつおだし		
11 25	金	おかゆ	米		
		かれいの煮物	かれい　かつおだし　片栗粉		
		にんじんの煮物	だいこん　人参　かつおだし　片栗粉		
		野菜スープ	木綿豆腐　人参　　かつおだし		
12 26	土	野菜粥	米　鶏ひき肉　はくさい　にんじん		
		ブロッコリーの煮物	じゃがいも　ブロッコリー　かつおだし　片栗粉		
		野菜スープ	にんじん　かつおだし		
14 28	月	おかゆ	米		
		じゃがいもの煮物	じゃがいも　人参　かつおだし　片栗粉		
		にんじんの煮物	にんじん　ブロッコリー　かつおだし		
		野菜スープ	にんじん　たまねぎ　かつおぶし		

～行事食～

16 火	お誕生日会	おかゆ	米		
		鶏団子	鶏ひき肉　　かつおだし　片栗粉		
		にんじんの煮物	人参　かつおだし		
		野菜スープ	玉ねぎ　大根　かつおだし		

※都合により献立、材料を変更することがあります。