



真夏の暑さがひと段落、朝夕は少しずつ爽やかな風が感じられるようになってきました。夏の間も子どもたちは元気に登園し、水遊びをしたり、沐浴をしてタライのお水をパシャパシャと浴び、とても気持ちよさそうにしていました。今月は涼しさもあり、お散歩が楽しい季節になります。外に出て体を動かしていきたいと思います。



8月の子ども達の姿



スイカに触れたり、おみず遊びを楽しみました！

スイカおいしいな〜♪

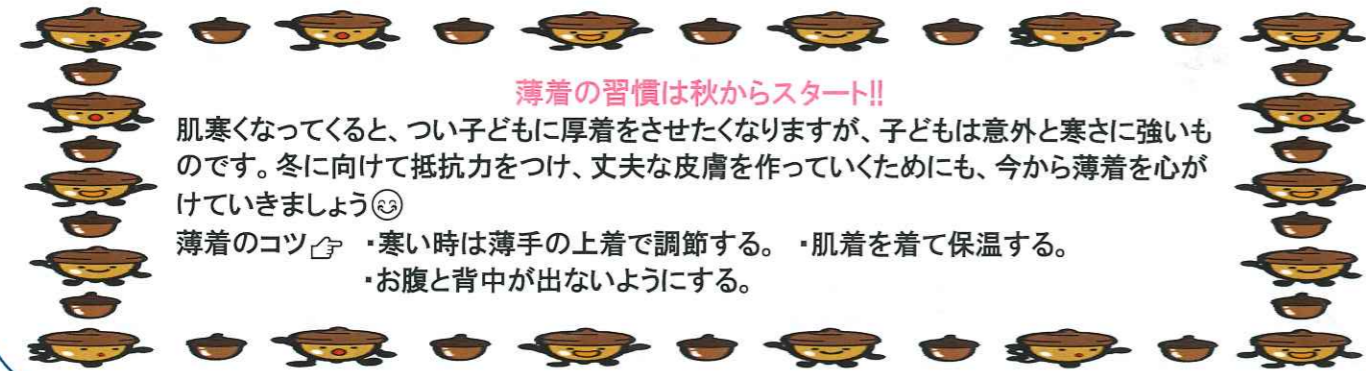
9月15日はお月見です

お団子やお餅、ススキや里芋などをお供えて、お月様を眺めることをお月見といいます。月をよ〜く見てみるとウサギが餅つきをしているように見えることもあるそうですよ！是非、親子で夜空を見あげてみてくださいね♪



保健だより

9月に入り、朝夕に少しずつ秋の気配を感じるものの、日中はまだ暑い日が続きます。熱中症予防の為に、朝起きた時・遊びの前後・入浴前後などは、しっかりと水分補給をしておきましょう。



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くなりますが、子どもは意外と寒さに強いものです。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😊

- 薄着のコツ👉 ・寒い時は薄手の上着で調節する。 ・肌着を着て保温する。
- ・お腹と背中が出ないようにする。

9月行事予定

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|---------|----------|------|-------|------|------|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| | | | 身体測定 | | | 交通指導 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| | 身体測定 | | | | | |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| | 不審者対応訓練 | お月見 | 体操教室 | | | 敬老の日 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| | 敬老の日 | お弁当の日 | | 秋分の日 | 英語遊び | |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |
| | 誕生日会 | リズム(以上児) | | わらべうた | | |

○21日(火)のお弁当の日は、お弁当、水筒、シートをご準備ください。お弁当の中身は、子どもたちの好きなもので構いません。宜しくお願い致します。
○新型コロナウイルスの状況により外部講師を招いての活動を12日まで中止とさせていただきます。ご了承ください。
○敬老の日は、子どもたちからおじいちゃん、おばあちゃんにプレゼントがあります。楽しみにお待ちください。

ひかり組

天気に合わせて、テラスで水あそびをしたり、室内でゆったり過ごしたりと夏も元気いっぱいひかり組さんです！雨が降ると、外の様子を窓越しにじっと見つめる姿も可愛らしいですよ。大好きなおもちやめがけていたり、伝い歩きをして進んだりと活発さも出てきました。まだまだ暑いですが、水分補給をしながらふれあいあそびを通して身体も動かしていきたいと思います。今月から、新しいお友だちも入園します。これから賑やかさも増して日々の成長が楽しみです。

ほし組

天気のいい日には、テラスで水遊びを満喫しました！水遊びが終わりお着換えのときに、まだ遊びたいとイヤイヤするお友達もいましたが声を掛けると気持ちを切り替えることができていましたよ。今月はこまめに水分補給をしながら、戸外に出たり、園外に散歩に行きたいと思います！靴を履くことが増えるので、靴のサイズが合っているかの確認をお願いいたします。

つき組

天気が良い日には、じっくりと、時にはダイナミックに水遊びを楽しむことができました。雨が続いた時は、雨や雷の音に気付き先生に教えてくれたお友だちもいましたよ。今月は、散歩に出掛けたり、遊びを通して運動会の練習を行っていきます。普段と体調が違う場合は、お帳面や送迎時にお知らせください。

そら組

活動にルールのある椅子取りゲーム遊び等を取り入れると、負けて悔し泣きををする子、応戦席で一生懸命応援してくれる子とそれぞれの姿がみられます。いろんな感情を経験しながら心も大きくなっていくといいなと思います。パンツトレーニングも少しずつ始めています。「私も僕もパンツにする！」とやる気満々で頑張っていますよ！

たいよう組

まだまだ汗ばむ日もありますが、少しずつ暑さが和らぎ過ごしやすい季節となりました。運動会に向けて練習も始めています。とび箱の跳び方が分かってはいるのですが、まだ脚力が追いつかず、歯がゆい思いをするお友達もいます。それでも何度も挑戦してがんばっていますよ。沢山の練習を上手になりたいと頑張る姿を認めながら、楽しく参加できるように工夫していきます。動きやすい服装での登園をよろしくお願い致します。

にじ組

暦上では秋ですがまだ暑い日が続きますね。8月のにじ組さんは晴れた日には水遊び、雨の日には室内遊びでゆっくり過ごしていきました。今月はいよいよ運動会の練習が本格的に始まります。去年に比べ成長も見られ、すぐに振り付けを覚えたり、練習に積極的に参加し、上達したいと向上心が見られる子ども達です。練習の疲れが出ないようにこまめに休憩を取り入れ、水分補給をしっかりと行っていききたいと思います。

病後児保育利用可能日

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| | | | ○ | ○ | ○ | × |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| × | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | × |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| × | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | × |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| × | × | ○ | ○ | × | ○ | × |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |
| × | ○ | ○ | ○ | ○ | | |

おひさまルームの利用について
※前日までにご予約が必要です。
(前日の8:30~17:00まで)
※利用には、病後児保育利用登録が必要になります。
※利用の際、専門医を受診し、**現症連絡票**をお持ちください。
※利用時間 **午前9時~午後6時**
※38.5℃以上の熱がある場合は、利用出来ません。

9月献立表

幼児食

| | 1日(水) | 2日(木) | 3日(金) | 4日(土) | 5日(日) | 6日(月) | 7日(火) | |
|--------|--|---|---|---|---|---|---|--|
| 10時 | 麦茶 のりわかめせんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 米粉ロールクッキー | 麦茶 かぼちゃせんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 スティックきゅうり | 豆乳 玄米ポン菓子 | |
| 昼食 | 玄米入りご飯 あじの梅煮 春雨のソテー じゃがいもの味噌汁 | 玄米入りご飯 厚揚げの中華風炒め ココロサラダ もやしのみ味噌汁 | 玄米入りご飯 めひかりの南蛮 かぼちゃの豆煮 切り干し大根のみ味噌汁 | 玄米入りご飯 豚もやし炒め かつま汁 | 玄米入りご飯 鶏飯 きゅうりの昆布漬け 鶏飯だし汁 | 玄米入りご飯 ブルコギ 納豆和え きのこの味噌汁 | 玄米入りご飯 鶏肉の五目煮 きゅうりのおかかマヨ 豆腐のすまし汁 | |
| 15時 | 麦茶 とりそぼろおにぎり | 麦茶 オレンジゼリー | 麦茶 じゃがじゃこおやき | 麦茶 小魚ぱりぱり | 豆乳 芋けんぴ | 豆乳 ふかし芋 | 麦茶 ヒラソルおにぎり | |
| 栄養成分 | エネルギー(kcal) 420 kcal たんぱく質 16.0 g 脂質 9.0 g 炭水化物 71.5 g 食塩相当量 2.2 g | 350 kcal たんぱく質 13.7 g 脂質 11.2 g 炭水化物 53.1 g 食塩相当量 1.4 g | 388 kcal たんぱく質 16.3 g 脂質 8.1 g 炭水化物 61.5 g 食塩相当量 1.5 g | 414 kcal たんぱく質 11.6 g 脂質 20.5 g 炭水化物 44.9 g 食塩相当量 1.1 g | 343 kcal たんぱく質 18.3 g 脂質 10.2 g 炭水化物 46.4 g 食塩相当量 2.0 g | 427 kcal たんぱく質 23.5 g 脂質 11.7 g 炭水化物 57.3 g 食塩相当量 1.6 g | 443 kcal たんぱく質 14.1 g 脂質 12.2 g 炭水化物 68.5 g 食塩相当量 1.5 g | |
| 8日(水) | 9日(木) | 10日(金) | 11日(土) | 12日(日) | 13日(月) | 14日(火)お月見クッキング | | |
| 10時 | 麦茶 米粉ロールクッキー | 麦茶 かぼちゃせんべい | 麦茶 スティックきゅうり | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 米粉ロールクッキー | 麦茶 のりわかめせんべい | 豆乳 玄米ポン菓子 | |
| 昼食 | 玄米入りご飯 鮭の香り焼き 春雨の酢の物 かつま汁 | 玄米入りご飯 豆腐ハンバーグ ブロッコリーサラダ わかめとえのきのスープ | 玄米入りご飯 鶏肉のさっぱり煮 トマトのサラダ かぼちゃのみ味噌汁 | チンジャオロース并 チンゲン菜のみ味噌汁 | 玄米入りご飯 豚丼 じゃがいもの味噌汁 オレンジ | 玄米入りご飯 鶏の塩から揚げ 春雨サラダ ほうれん草のみ味噌汁 | 玄米入りご飯 ぶりの照り焼き 海藻サラダ 小松菜のみ味噌汁 | |
| 15時 | 麦茶 りんごゼリー | 麦茶 おいしいのぜんざい | 豆乳ココア ぶどう | 麦茶 芋けんぴ | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 豆乳 梨 | 麦茶 お月見だんご | |
| 栄養成分 | エネルギー(kcal) 390 kcal たんぱく質 18.8 g 脂質 9.7 g 炭水化物 59.1 g 食塩相当量 1.5 g | 423 kcal たんぱく質 18.7 g 脂質 11.1 g 炭水化物 62.4 g 食塩相当量 1.7 g | 386 kcal たんぱく質 17.0 g 脂質 12.6 g 炭水化物 52.0 g 食塩相当量 1.7 g | 414 kcal たんぱく質 15.3 g 脂質 6.6 g 炭水化物 44.6 g 食塩相当量 1.4 g | 318 kcal たんぱく質 16.2 g 脂質 8.1 g 炭水化物 44.7 g 食塩相当量 1.5 g | 447 kcal たんぱく質 17.9 g 脂質 20.7 g 炭水化物 48.0 g 食塩相当量 1.8 g | 394 kcal たんぱく質 15.7 g 脂質 12.9 g 炭水化物 53.1 g 食塩相当量 1.5 g | |
| 15日(水) | 16日(木) | 17日(金) | 18日(土) | 19日(日) | 20日(月) | 21日(火) | | |
| 10時 | 麦茶 かぼちゃせんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 スティックきゅうり | 麦茶 のりわかめせんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 米粉ロールクッキー | 豆乳 玄米ポン菓子 | |
| 昼食 | 玄米入りご飯 あじの梅煮 春雨のソテー じゃがいもの味噌汁 | 玄米入りご飯 厚揚げの中華風炒め ココロサラダ もやしのみ味噌汁 | 玄米入りご飯 めひかりの南蛮 かぼちゃの豆煮 切り干し大根のみ味噌汁 | 玄米入りご飯 豚もやし炒め かつま汁 | 玄米入りご飯 鶏飯 きゅうりの昆布漬け 鶏飯だし汁 | 玄米入りご飯 ハヤシライス レタスのじゃこサラダ 梨 | お弁当の日 | |
| 15時 | 麦茶 とりそぼろおにぎり | 麦茶 オレンジゼリー | 麦茶 じゃがじゃこおやき | 麦茶 小魚ぱりぱり | 豆乳 芋けんぴ | 麦茶 米粉カップケーキ | 麦茶 バリバリ野菜チップス | |
| 栄養成分 | エネルギー(kcal) 401 kcal たんぱく質 15.8 g 脂質 8.3 g 炭水化物 67.6 g 食塩相当量 2.2 g | 350 kcal たんぱく質 13.7 g 脂質 11.2 g 炭水化物 53.2 g 食塩相当量 1.5 g | 369 kcal たんぱく質 16.4 g 脂質 7.9 g 炭水化物 57.3 g 食塩相当量 1.5 g | 421 kcal たんぱく質 11.7 g 脂質 20.5 g 炭水化物 46.5 g 食塩相当量 1.1 g | 354 kcal たんぱく質 20.5 g 脂質 10.4 g 炭水化物 46.2 g 食塩相当量 1.9 g | 409 kcal たんぱく質 17.2 g 脂質 13.9 g 炭水化物 53.9 g 食塩相当量 0.9 g | 126 kcal たんぱく質 3.8 g 脂質 3.9 g 炭水化物 19.3 g 食塩相当量 0.2 g | |
| 22日(水) | 23日(木) | 24日(金) | 25日(土) | 26日(日) | 27日(月)お誕生会 | 28日(火) | | |
| 10時 | 麦茶 米粉ロールクッキー | 豆乳 玄米ポン菓子 | 麦茶 米粉ロールクッキー | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 米粉ロールクッキー | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 米粉ロールクッキー | |
| 昼食 | 玄米入りご飯 鮭の香り焼き 春雨の酢の物 かつま汁 | 玄米入りご飯 わかめラーメン きゃべつのソテー | 玄米入りご飯 鶏肉のさっぱり煮 トマトのさっぱり和え かぼちゃのみ味噌汁 | チンジャオロース并 チンゲン菜のみ味噌汁 | 玄米入りご飯 豚丼 じゃがいもの味噌汁 オレンジ | 玄米入りご飯 お月見豆のドライカレー ツナコーンサラダ 秋のフルーツ | 玄米入りご飯 ぶりの照り焼き 海藻サラダ 小松菜のみ味噌汁 | |
| 15時 | 麦茶 りんごゼリー | 麦茶 ぶどうゼリー | 豆乳ココア ソフトな小魚せんべい | 麦茶 芋けんぴ | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 お米ガトージュコラ | 豆乳 梨 | |
| 栄養成分 | エネルギー(kcal) 390 kcal たんぱく質 18.8 g 脂質 9.7 g 炭水化物 59.1 g 食塩相当量 1.5 g | 460 kcal たんぱく質 16.5 g 脂質 8.4 g 炭水化物 78.8 g 食塩相当量 1.4 g | 463 kcal たんぱく質 20.7 g 脂質 16.5 g 炭水化物 58.1 g 食塩相当量 1.8 g | 414 kcal たんぱく質 15.3 g 脂質 6.6 g 炭水化物 74.6 g 食塩相当量 1.4 g | 318 kcal たんぱく質 16.2 g 脂質 8.1 g 炭水化物 44.7 g 食塩相当量 1.5 g | 414 kcal たんぱく質 11.9 g 脂質 11.2 g 炭水化物 70.8 g 食塩相当量 0.8 g | 374 kcal たんぱく質 15.9 g 脂質 12.4 g 炭水化物 49.2 g 食塩相当量 1.7 g | |
| 29日(水) | 30日(木) | | | | | | | |
| 10時 | 豆乳 玄米ポン菓子 | 麦茶 かぼちゃせんべい | | | | | | |
| 昼食 | 玄米入りご飯 あじの梅煮 春雨のソテー じゃがいもの味噌汁 | 玄米入りご飯 厚揚げの中華風炒め ココロサラダ もやしのみスープ | | | | | | |
| 15時 | 麦茶 とりそぼろおにぎり | 麦茶 オレンジゼリー | | | | | | |
| 栄養成分 | エネルギー(kcal) 450 kcal たんぱく質 18.5 g 脂質 9.2 g 炭水化物 74.3 g 食塩相当量 2.1 g | 363 kcal たんぱく質 12.3 g 脂質 12.1 g 炭水化物 57.5 g 食塩相当量 1.1 g | | | | | | |

※灰色で記載しているものは卵・乳・小麦を使用しています。

[給食の行事予定]

9月14日(火)お月見クッキング
9月21日(火)お弁当の日
9月27日(月)お誕生会



9月献立表

離乳食

| | 1日(水) | 2日(木) | 3日(金) | 4日(土) | 5日(日) | 6日(月) | 7日(火) | |
|--------|--|--|--|--|---|--|---|-----|
| 10時 | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | |
| 昼食 | おかゆ ささ身のあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ | おかゆ たららのあんかけ さつま煮 野菜スープ | おかゆ ささ身のあんかけ キャベツ煮 野菜スープ | おかゆ ささ身のあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ | おかゆ たららのあんかけ じゃがいもの煮物 野菜スープ | おかゆ ささ身のあんかけ じゃがいもの煮物 野菜スープ | おかゆ 豆腐のきゃべつあん かぼちゃの煮物 野菜スープ | おかゆ |
| 15時 | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 バナナ | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | |
| 栄養成分 | エネルギー(kcal) 225 kcal たんぱく質 11.9 g 脂質 0.8 g 炭水化物 42.3 g 食塩相当量 0.5 g | 250 kcal たんぱく質 8.1 g 脂質 0.6 g 炭水化物 54.3 g 食塩相当量 0.5 g | 217 kcal たんぱく質 11.9 g 脂質 0.7 g 炭水化物 40.6 g 食塩相当量 0.5 g | 225 kcal たんぱく質 11.9 g 脂質 0.8 g 炭水化物 42.3 g 食塩相当量 0.5 g | 193 kcal たんぱく質 7.7 g 脂質 0.5 g 炭水化物 39.6 g 食塩相当量 0.5 g | 213 kcal たんぱく質 11.7 g 脂質 0.7 g 炭水化物 39.6 g 食塩相当量 0.5 g | 216 kcal たんぱく質 5.6 g 脂質 2.2 g 炭水化物 43.9 g 食塩相当量 0.5 g | |
| 8日(水) | 9日(木) | 10日(金) | 11日(土) | 12日(日) | 13日(月) | 14日(火) | | |
| 10時 | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | |
| 昼食 | おかゆ たららのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ | おかゆ ささ身のあんかけ さつま煮 野菜スープ | おかゆ ささ身のあんかけ キャベツ煮 野菜スープ | おかゆ ささ身のポパイソース サツマイモの煮物 野菜スープ | おかゆ たららのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ | おかゆ たららのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ | おかゆ たららのきゃべつあん じゃが芋の煮物 野菜スープ | |
| 15時 | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 バナナ | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | |
| 栄養成分 | エネルギー(kcal) 217 kcal たんぱく質 8.0 g 脂質 0.6 g 炭水化物 44.9 g 食塩相当量 0.6 g | 270 kcal たんぱく質 12.0 g 脂質 0.8 g 炭水化物 54.3 g 食塩相当量 0.5 g | 217 kcal たんぱく質 11.9 g 脂質 0.7 g 炭水化物 40.6 g 食塩相当量 0.5 g | 253 kcal たんぱく質 12.4 g 脂質 0.8 g 炭水化物 48.9 g 食塩相当量 0.6 g | 205 kcal たんぱく質 7.9 g 脂質 0.5 g 炭水化物 42.3 g 食塩相当量 0.5 g | 205 kcal たんぱく質 7.9 g 脂質 0.5 g 炭水化物 42.3 g 食塩相当量 0.5 g | 203 kcal たんぱく質 8.0 g 脂質 0.5 g 炭水化物 41.9 g 食塩相当量 0.5 g | |
| 15日(水) | 16日(木) | 17日(金) | 18日(土) | 19日(日) | 20日(月) | 21日(火) | | |
| 10時 | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | |
| 昼食 | おかゆ 豆腐のあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ | おかゆ ささ身のあんかけ キャベツ煮 野菜スープ | おかゆ たららのあんかけ さつま煮 野菜スープ | おかゆ たららのあんかけ さつま煮 野菜スープ | おかゆ たららのあんかけ じゃがいもの煮物 野菜スープ | おかゆ たららのあんかけ じゃがいもの煮物 野菜スープ | おかゆ 豆腐のきゃべつあん かぼちゃの煮物 野菜スープ | |
| 15時 | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | |
| 栄養成分 | エネルギー(kcal) 211 kcal たんぱく質 5.3 g 脂質 2.1 g 炭水化物 42.9 g 食塩相当量 0.5 g | 217 kcal たんぱく質 11.9 g 脂質 0.7 g 炭水化物 40.6 g 食塩相当量 0.5 g | 218 kcal たんぱく質 7.7 g 脂質 0.5 g 炭水化物 45.6 g 食塩相当量 0.5 g | 230 kcal たんぱく質 7.7 g 脂質 0.5 g 炭水化物 48.3 g 食塩相当量 0.6 g | 205 kcal たんぱく質 7.9 g 脂質 0.5 g 炭水化物 42.3 g 食塩相当量 0.5 g | 207 kcal たんぱく質 5.3 g 脂質 2.1 g 炭水化物 42.0 g 食塩相当量 0.5 g | 216 kcal たんぱく質 5.6 g 脂質 2.2 g 炭水化物 43.9 g 食塩相当量 0.5 g | |
| 22日(水) | 23日(木) | 24日(金) | 25日(土) | 26日(日) | 27日(月) | 28日(火) | | |
| 10時 | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | |
| 昼食 | おかゆ たららのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ | おかゆ ささ身のあんかけ さつま煮 野菜スープ | おかゆ ささ身のあんかけ キャベツ煮 野菜スープ | おかゆ ささ身のポパイソース サツマイモの煮物 野菜スープ | おかゆ たららのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ | おかゆ たららのあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ | おかゆ たららのきゃべつあん じゃが芋の煮物 野菜スープ | |
| 15時 | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | |
| 栄養成分 | エネルギー(kcal) 217 kcal たんぱく質 8.0 g 脂質 0.6 g 炭水化物 44.9 g 食塩相当量 0.6 g | 238 kcal たんぱく質 11.7 g 脂質 0.7 g 炭水化物 45.6 g 食塩相当量 0.5 g | 217 kcal たんぱく質 11.9 g 脂質 0.7 g 炭水化物 40.6 g 食塩相当量 0.5 g | 253 kcal たんぱく質 12.4 g 脂質 0.8 g 炭水化物 48.9 g 食塩相当量 0.6 g | 205 kcal たんぱく質 7.9 g 脂質 0.5 g 炭水化物 42.3 g 食塩相当量 0.5 g | 205 kcal たんぱく質 7.9 g 脂質 0.5 g 炭水化物 42.3 g 食塩相当量 0.5 g | 203 kcal たんぱく質 8.0 g 脂質 0.5 g 炭水化物 41.9 g 食塩相当量 0.5 g | |
| 29日(水) | 30日(木) | | | | | | | |
| 10時 | 麦茶 ハイハイ | 麦茶 ハイハイ | | | | | | |
| 昼食 | おかゆ 豆腐のあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ | おかゆ ささ身のあんかけ キャベツ煮 野菜スープ | | | | | | |
| 15時 | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | 麦茶 ソフトな小魚せんべい | | | | | | |
| 栄養成分 | エネルギー(kcal) 211 kcal たんぱく質 5.3 g 脂質 2.1 g 炭水化物 42.9 g 食塩相当量 0.5 g | 217 kcal たんぱく質 11.9 g 脂質 0.7 g 炭水化物 40.6 g 食塩相当量 0.5 g | | | | | | |

残暑の中、雲の流れや日の短さが
秋の訪れを感じさせてくれる季節になりました。
涼しくなる、
子供たちの食欲も少しずつ高まってきます。
夏の疲れが出て、体調を崩す心配もありますので
食事をしっかり食べさせ、
夜はぐっすり眠れるように配慮しましょう。

