



日が暮れるのが一段と早くなり、朝はお布団から離れたい季節が到来しましたね。公園の落ち葉が赤や黄、オレンジへと姿を変え、お散歩がより楽しい時期になりました。朝夕の気温差が激しくなり、子どもたちは体調を崩しやすくなってきます。衣服の調整をして元気に過ごせるようにしましょう。又、免疫力を高めるためにしっかり体を動かして遊び、たっぷり睡眠をとるよう心掛けていきましょう！

10月の子ども達の姿



真剣に制作中です！

毎日元気いっぱい！過ごしています★

皆で作った冷や汁おいしいな♪

11月23日は勤労感謝の日

勤労感謝の日とは、働くことや働いている人々に感謝しようという意味をもつ祝日の事です。身近にいる人の職業に触れてみたり、仕事の内容を知ったりする中で興味を持ったり、感謝の気持ちを持てるようお子様にお話してみてくださいね★
今年度は園にて22日に、日頃よりお世話になっている、結良の業者様やごみ回収の業者様に子どもたちが制作したプレゼントとお花を贈ります。又、コロナウイルスの影響を受け、UMK様、シルバー人材センター様は職員が代表してお渡しに行く予定です。

保健だより

🦷11月8日は「いい歯の日」🦷



自分で歯磨きする子も増えてきたと思います。自分で磨ける子でも、最後はきちんと仕上げ磨きをしてあげましょう。苦手なお子様は歯磨きカレンダーを作るなど、歯磨きに興味を持たせるところから始めてみてはどうでしょうか？きれいに磨けているかのチェックや仕上げ磨きは虫歯予防のために行うようにして下さい。

ヘルパンギーナ

喉の痛みを伴う、39℃以上の高熱が2～4日間続きます。喉の奥が赤くなり、小さな水疱や潰瘍が見られるのが特徴です。下痢や嘔吐などの症状が出ることもあります。

手足口病

飛沫感染し、手足や口の中に水泡や赤い湿疹が出るのが特徴で、膝やお尻に出ることもあります。症状は3～5日で治まりますが、2～4週間は便からウイルスが出る為、感染しないように注意しましょう。

11月行事予定

Calendar table for November with columns for days of the week and dates, listing activities like 'Body Measurement', 'Cultural Day', 'Disaster Drill', etc.

○11日の秋カレー作り(そら・たいよう・にじ組)はエプロン・マスク・三角巾のご準備をお願い致します。○秋のおにぎりピクニックは、おにぎり弁当となっております。好きな具材をおにぎりの中に詰めて持たせてください。中身は、ワクワクする楽しみを持たせる為、子どもたちには内緒でお願いします。○先月に引き続き、新型コロナウイルスの状況によっては、外部講師を招いての活動が行事が、延期又は中止となることがございます。

ひかり組

運動会への参加ありがとうございました。子どもたちの反応もそれぞれで可愛い姿でしたね。これからの成長も楽しみですね。保護者の皆様には日頃からたくさんのご協力をいただきありがとうございます。過ごしやすい季節が来たと思ったら、急に肌寒くもなってきましたね。晴れた日には、夏より散歩や戸外あそびに出かけて、風邪に負けない身体づくりをしていけたらと思っています。これから腹這いやずり這い、歩行など動きが出てくる思いますので、動きやすい服装やサイズの合った衣服の準備をよろしくをお願いします。

ほし組

運動会へのご参加ありがとうございました。泣いてしまうこともありましたが子ども達の成長した姿もたくさん見られたのではないかと思います。日々の生活の中でも、手洗いやトイレトレーニングなど様々な場面で成長を見せてくれているほし組さんです。言葉も出始めているので、会話を楽しんでいきたいと思っています。肌寒い日が多くなりましたが、戸外での活動も積極的に取り入れながら元気いっぱい過ごしていきたいと思っています。

つき組

運動会参加有難う御座いました。成長した子ども達の姿や、可愛い姿が大沢山見られましたね。さて、11月に入り、朝晩冷えてきて寒差が出てきたので、体調を崩さないよう気を付けていきたいと思っています。つき組さんは園生活に随分慣れて落ち着いてきましたが、まだまだ玩具の取り合いで泣く姿も見られますが、泣いてるお友達にいち早く駆け寄り「よしよし」したり、その姿を見て、次々に集まり、みんなで「よしよし」が始まり自分のこと以外に目を向けられるようになってきましたよ～トイレトレーニングが順調に進んでいます。来年度に向け、少しずつ身の回りのことをできるように練習していきたいと思っています。

そら組

運動会では「成長した姿が見られた」「可愛かった」と嬉しいお言葉をたくさんいただき私たちも嬉しかったです。温かい応援本当にありがとうございました!! 今月からは秋の自然に触れ、自分達で作ったバックを片手に秋の宝探しを満喫したいと思います♪また、歯磨き指導に向けて食後にうがいの練習が始まります。「ガラガラうがいだけ? グチュグチュうがい?」とイメージトレーニングばっちりのそら組さん! 毎日コップの準備もお願い致します。

たいよう組

運動会では、それぞれの成長した姿を見せてくれましたね! たくさんのお応援、見守りをありがとうございました。肌寒い季節になってきましたが、戸外にはたくさんの虫や葉っぱなど自然物の宝庫で、子ども達も目を輝かせて探索を楽しんでいます。どんどん戸外に出て、たくさん体を動かして、寒さに負けない体づくりも行っています。また、暑着にならないようにどの洋服がちょうどいいのかわ、衣服の調節を伝えていきますので、子どもが着脱しやすい洋服、薄手の長袖・上着などのご準備をよろしくお願い致します。

にじ組

運動会では、お友だちと楽しそうに参加し、堂々とした姿を見せてくれたにじ組さんですね。その他にも、芋ほりやハロウィン等があり季節の行事に触れる事が出来ました。今月は、焼き芋や勤労感謝の日があります。どのような事をするのか、どのような意味があるのかしっかりと伝えながら楽しんでいきたいと思っています。また、肌寒い日も増えてきましたので、衣服の調節等も子ども達へ知らせていければと思います。

病後児保育利用可能日

Table showing available dates for medical child care across months and days of the week, with 'X' and 'O' markers.

おひさまルームの利用について ※事前にご予約をお願い致します。 ※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。

11月献立表

幼児食	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)	
10時 麦茶 スティックきゅうり	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 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 米粉ロールクッキー	
原食 玄米入りご飯 さごしの塩焼き 卵の花炒め かぼちゃの味噌汁	玄米入りご飯 コーン揚げ 千切りキャベツのサラダ かぶの味噌汁	玄米入りご飯 きのこのペロンチーノ ポトフ	玄米入りご飯 筑前煮 ブロッコリーの和え物 もやしの味噌汁	玄米入りご飯 たらきのこあんかけ ひじきの白和え ほうれん草の味噌汁	鶏ときのこの照り炒め 豆腐の味噌汁	豆じゃこチャーハン キャベツの塩昆布和え かぼちゃのスープ	豆じゃこチャーハン キャベツの塩昆布和え かぼちゃのスープ	
15時 麦茶 梨	麦茶 じゃがいものおやき	麦茶 みかん	麦茶 みそ焼きおにぎり	麦茶 米粉カップケーキ	麦茶 小魚ばりばりせんべい	麦茶 米粉いちごカップケーキ	麦茶 米粉いちごカップケーキ	
栄養成分 エネルギー(kcal) 363 kcal たんぱく質 17.3 g 脂質 13.1 g 炭水化物 43.5 g 食塩相当量 1.3 g	465 kcal 18.0 g 13.8 g 69.0 g 1.5 g	400 kcal 11.8 g 9.3 g 68.3 g 0.5 g	387 kcal 14.5 g 8.3 g 62.7 g 1.4 g	384 kcal 14.8 g 15.1 g 44.9 g 1.6 g	389 kcal 15.8 g 15.1 g 45.8 g 1.1 g	391 kcal 11.4 g 10.3 g 63.5 g 0.8 g	391 kcal 11.4 g 10.3 g 63.5 g 0.8 g	
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)秋野菜カレー作り	12日(金)	13日(土)	14日(日)	14日(日)	
10時 麦茶 かぼちゃせんべい	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 スティックきゅうり	麦茶 かぼちゃせんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	
原食 玄米入りご飯 マーボー春雨丼 大根の漬物 もやしの味噌汁	玄米入りご飯 切り干し大根の含め煮 かぼちゃおからサラダ 小松菜の味噌汁	玄米入りご飯 鶏肉と南瓜の甘酢炒め 豆苗中華サラダ 切り干し大根の味噌汁	玄米入りご飯 秋カレー	玄米入りご飯 豚バラ大根の炒め煮 納豆サラダ かぼちゃの味噌汁	玄米入りご飯 やきそば ポバイスープ	玄米入りご飯 海ぞくビーフン さつまいもの味噌汁	玄米入りご飯 海ぞくビーフン さつまいもの味噌汁	
15時 麦茶 トマトリソット	麦茶 玄米おにぎり	麦茶 じゃがいものおやき	麦茶 バナナ	麦茶 ひじきおにぎり	麦茶 パリパリ野菜チップス	麦茶 芋けんぴ	麦茶 芋けんぴ	
栄養成分 エネルギー(kcal) 409 kcal たんぱく質 13.6 g 脂質 10.9 g 炭水化物 64.9 g 食塩相当量 1.0 g	446 kcal 15.9 g 10.6 g 72.1 g 1.5 g	368 kcal 15.4 g 11.4 g 51.1 g 1.2 g	353 kcal 10.3 g 13.9 g 46.9 g 0.6 g	409 kcal 13.9 g 12.3 g 59.6 g 1.2 g	358 kcal 16.4 g 5.0 g 62.7 g 1.2 g	406 kcal 15.3 g 7.5 g 67.7 g 1.2 g	406 kcal 15.3 g 7.5 g 67.7 g 1.2 g	
15日(月)	16日(火)	17日(水)さつま芋クッキング	18日(木)おにぎりクッキング	19日(金)	20日(土)	21日(日)	21日(日)	
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	豆乳 玄米ポン菓子	豆乳 玄米ポン菓子	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 米粉ロールクッキー	
原食 玄米入りご飯 さごしの塩焼き 卵の花炒め かぼちゃの味噌汁	玄米入りご飯 コーン揚げ 千切りキャベツのサラダ かぶの味噌汁	玄米入りご飯 鶏肉の香り焼き 春雨の酢の物 さつま汁	玄米入りご飯 鶏肉と南瓜の甘酢炒め 豆苗中華サラダ 切り干し大根の味噌汁	玄米入りご飯 肉団子と春雨のスープ煮 大根サラダ りんご	鶏ときのこの照り炒め 豆腐の味噌汁	豆じゃこチャーハン キャベツの塩昆布和え かぼちゃのスープ	豆じゃこチャーハン キャベツの塩昆布和え かぼちゃのスープ	
15時 麦茶 さつまいもスティック	麦茶 柿	麦茶 焼きいも	麦茶 鮭おにぎり	麦茶 小魚ばりばりせんべい	麦茶 みかん	麦茶 米粉いちごカップケーキ	麦茶 米粉いちごカップケーキ	
栄養成分 エネルギー(kcal) 411 kcal たんぱく質 15.4 g 脂質 16.3 g 炭水化物 49.2 g 食塩相当量 1.6 g	465 kcal 16.4 g 17.2 g 62.6 g 1.7 g	357 kcal 22.6 g 6.6 g 49.9 g 0.7 g	445 kcal 18.1 g 10.6 g 68.8 g 1.3 g	148 kcal 4.6 g 5.1 g 21.0 g 0.1 g	428 kcal 16.2 g 13.7 g 58.7 g 1.1 g	384 kcal 10.6 g 10.9 g 61.3 g 0.9 g	384 kcal 10.6 g 10.9 g 61.3 g 0.9 g	
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)	28日(日)	
10時 麦茶 かぼちゃせんべい	麦茶 米粉ロールクッキー	豆乳 玄米ポン菓子	麦茶 かぼちゃせんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	豆乳 玄米ポン菓子	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ソフトな小魚せんべい	
原食 玄米入りご飯 マーボー春雨丼 大根の漬物 もやしの味噌汁	中華丼 わかめの味噌汁	玄米入りご飯 鶏肉と南瓜の甘酢炒め 豆苗中華サラダ 切り干し大根の味噌汁	玄米入りご飯 肉団子と春雨のスープ煮 大根サラダ りんご	玄米入りご飯 豚バラ大根の炒め煮 納豆サラダ かぼちゃの味噌汁	玄米入りご飯 やきそば ポバイスープ	玄米入りご飯 海ぞくビーフン さつまいもの味噌汁	玄米入りご飯 海ぞくビーフン さつまいもの味噌汁	
15時 麦茶 トマトリソット	麦茶 みかん	麦茶 豆腐のナゲット	麦茶 スイートポテト	麦茶 ひじきおにぎり	麦茶 パリパリ野菜チップス	麦茶 芋けんぴ	麦茶 芋けんぴ	
栄養成分 エネルギー(kcal) 409 kcal たんぱく質 13.6 g 脂質 10.9 g 炭水化物 64.9 g 食塩相当量 1.0 g	416 kcal 13.9 g 7.7 g 72.6 g 1.3 g	449 kcal 21.2 g 17.8 g 49.9 g 1.3 g	413 kcal 11.3 g 11.7 g 67.7 g 1.0 g	422 kcal 15.3 g 14.0 g 58.2 g 1.4 g	425 kcal 19.7 g 6.9 g 70.0 g 1.2 g	406 kcal 15.3 g 7.5 g 67.7 g 1.2 g	406 kcal 15.3 g 7.5 g 67.7 g 1.2 g	
29日(月)お誕生会	30日(火)	※灰色で記載しているものは卵・乳・小麦を使用しています。					30日(火)	30日(火)
10時 麦茶 米粉ロールクッキー	麦茶 かぼちゃせんべい	 <p>【給食の行事予定】</p> <p>11月2日(火)さつま芋クッキング 11月11日(木)秋野菜カレー作り 11月18日(木)おにぎりクッキング 11月19日(金)おにぎり弁当の日 11月29日(月)お誕生会</p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; color: red;">11月</p>					麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ
原食 お寿司 豚汁 フルーツ	玄米入りご飯 コーン揚げ 千切りキャベツのサラダ かぶの味噌汁						麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ
15時 麦茶 サツマイモと栗のタルト	麦茶 柿						麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ
栄養成分 エネルギー(kcal) 438 kcal たんぱく質 16.9 g 脂質 14.1 g 炭水化物 62.6 g 食塩相当量 1.6 g	394 kcal 13.0 g 13.9 g 57.2 g 1.7 g						218 kcal 7.7 g 0.5 g 45.6 g 0.5 g	203 kcal 8.0 g 0.5 g 41.9 g 0.5 g

11月献立表

離乳食	1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)	
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	麦茶 ハイハイ	
原食 おかゆ ささ身のおんかけ キャベツ煮 野菜スープ	おかゆ ささ身のおんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ たらのおんかけ じゃがいもの煮物 野菜スープ	おかゆ ささ身のおんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ 豆腐のきやべつあん かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ たらのおんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ ささ身のおんかけ さつま煮 野菜スープ	おかゆ ささ身のおんかけ さつま煮 野菜スープ	
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 バナナ	麦茶 ソフトな小魚せんべい	麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ	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 11.9 g 脂質 0.7 g 炭水化物 40.6 g 食塩相当量 0.5 g	257 kcal 12.3 g 0.8 g 50.9 g 0.5 g	193 kcal 7.7 g 0.5 g 39.6 g 0.5 g	245 kcal 12.0 g 0.7 g 48.2 g 0.5 g	216 kcal 5.6 g 2.2 g 43.9 g 0.5 g	217 kcal 8.0 g 0.6 g 44.9 g 0.6 g	238 kcal 11.7 g 0.7 g 45.6 g 0.5 g	238 kcal 11.7 g 0.7 g 45.6 g 0.5 g	
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	14日(日)	14日(日)	
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	麦茶 ハイハイ	
原食 おかゆ ささ身のおんかけ 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 たらのおんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ 豆腐のおんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ たらのおんかけ じゃが芋の煮物 野菜スープ	おかゆ たらのおんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ ささ身のおんかけ キャベツ煮 野菜スープ	おかゆ ささ身のおんかけ 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 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	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 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 12.4 g 0.8 g 48.9 g 0.6 g	205 kcal 7.9 g 0.5 g 42.3 g 0.5 g	211 kcal 5.3 g 2.1 g 42.9 g 0.5 g	203 kcal 8.0 g 0.5 g 41.9 g 0.5 g	205 kcal 7.9 g 0.5 g 42.3 g 0.5 g	217 kcal 11.9 g 0.7 g 40.6 g 0.5 g	217 kcal 11.9 g 0.7 g 40.6 g 0.5 g	
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	21日(日)	21日(日)	
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	麦茶 ハイハイ	
原食 おかゆ たらのおんかけ さつま煮 野菜スープ	おかゆ たらのおんかけ 野菜のやわらか煮 野菜スープ	おかゆ たらのおんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ たらのおんかけ じゃが芋の煮物 野菜スープ	おかゆ 豆腐のきやべつあん かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ たらのおんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ ささ身のおんかけ さつま煮 野菜スープ	おかゆ ささ身のおんかけ さつま煮 野菜スープ	
15時 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	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	
栄養成分 エネルギー(kcal) 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 7.7 g 0.5 g 48.3 g 0.6 g	205 kcal 7.9 g 0.5 g 42.3 g 0.5 g	207 kcal 5.3 g 2.1 g 42.0 g 0.5 g	216 kcal 5.6 g 2.2 g 43.9 g 0.5 g	217 kcal 8.0 g 0.6 g 44.9 g 0.6 g	238 kcal 11.7 g 0.7 g 45.6 g 0.5 g	238 kcal 11.7 g 0.7 g 45.6 g 0.5 g	
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)	28日(日)	
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	麦茶 ハイハイ	
原食 おかゆ ささ身のおんかけ 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 たらのおんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ たらのおんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ 豆腐のおんかけ じゃが芋の煮物 野菜スープ	おかゆ たらのおんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ	おかゆ ささ身のおんかけ キャベツ煮 野菜スープ	おかゆ ささ身のおんかけ 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 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	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 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 12.4 g 0.8 g 48.9 g 0.6 g	205 kcal 7.9 g 0.5 g 42.3 g 0.5 g	205 kcal 7.9 g 0.5 g 42.0 g 0.5 g	207 kcal 5.3 g 2.1 g 42.0 g 0.5 g	216 kcal 5.6 g 2.2 g 43.9 g 0.5 g	217 kcal 8.1 g 0.5 g 42.8 g 0.5 g	217 kcal 11.9 g 0.7 g 40.6 g 0.5 g	
29日(月)	30日(火)	 <p>山々のもみじが鮮やかに映える季節となりました。 食べ物私たちがの口に入るまでには、 多くの人の手を経ていること、 天候に左右される大変さなど 子どもにわかりやすい部分から話してみよう。 そして、大人も子どもも感謝の気持ちをこめて、 「いただきます」「ごちそうさま」の ご挨拶をしましょう。</p>					麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ
原食 おかゆ たらのおんかけ さつま煮 野菜スープ	おかゆ たらのおんかけ じゃが芋の煮物 野菜スープ						麦茶 ハイハイ	麦茶 ハイハイ
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 ハイハイ	麦茶 ハイハイ
栄養成分 エネルギー(kcal) 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	203 kcal 8.0 g 0.5 g 41.9 g 0.5 g						203 kcal 8.0 g 0.5 g 41.9 g 0.5 g	203 kcal 8.0 g 0.5 g 41.9 g 0.5 g