



		土					
		月	火	水	木	金	
離乳食	午後食	3	4	5	6	7	
離乳食	午後食	10	11	12	13	14	
離乳食	午後食	17	18	19	20	21	
離乳食	午後食	24	25	26	27	28	
離乳食	午後食	31	<div data-bbox="420 2359 1701 2792" data-label="Complex-Block"> <h3 style="text-align: center;">咀嚼の発達ステップ</h3> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="width: 30%;"> <p>●初期（4～6カ月）嚥下を覚えます どろどろ形態の食べものを飲み込むことを覚えます。スプーンのものをお口唇をとじて初めてゴックンします。</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>●中期（7～8カ月）舌食を覚えます 舌を使ってつぶしたり混ぜたりする舌食を覚えます。やわらかく煮てあっても、一定の形を保っているものを与えます。舌の微かな動かし方を覚えます。</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>●後期（9～11カ月）歯食に挑戦 歯はまだ生えていないので、奥歯が生える直前の固い歯茎にのせてかんで食べます。中期よりも少し固い食べものを与えます。</p> </div> </div> <p style="text-align: center;">♡材料の都合により、献立を変更することがあります。</p> <p style="text-align: center;">♡ミルクは別に用意しています。</p> </div>				8
離乳食	午後食	15					16

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日			土曜日																		
		 <p>パプリカ情報</p> <p>ほしくみさんが植えたパプリカですが葉がたくさん生い茂ってきました。少しずつ実もできて収穫を待ち望んでいるのですが、実がしぼんでしまったり立派な実が出来ても色づく前に落ちてしまったり前途多難です……。が、立派に育った実は野菜炒めに入れていただきました！赤や黄色のパプリカでなくてもほしくみさんが育てたパプリカはとてもおいしかったです！</p>				<table border="1"> <tr> <th></th> <th>園基準</th> <th>10月1日平均</th> </tr> <tr> <td>エネルギー</td> <td>461</td> <td>440</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>17.3</td> <td>16.9</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>14.9</td> <td>14.7</td> </tr> <tr> <td>カルシウム</td> <td>211</td> <td>242</td> </tr> <tr> <td>鉄</td> <td>2.3</td> <td>1.8</td> </tr> </table>				園基準	10月1日平均	エネルギー	461	440	たんぱく質	17.3	16.9	脂質	14.9	14.7	カルシウム	211	242	鉄	2.3	1.8	1	牛乳 お菓子(あられ)	
	園基準	10月1日平均																											
エネルギー	461	440																											
たんぱく質	17.3	16.9																											
脂質	14.9	14.7																											
カルシウム	211	242																											
鉄	2.3	1.8																											
3	牛乳 米菓	4	牛乳 お菓子(煎餅)	5	牛乳 米菓	6	牛乳 お菓子(クッキー)	7	牛乳 米菓	8	牛乳 お菓子(あられ)																		
焼きもちし飯 鶏のから揚げ 小松菜のこまあえ 湯葉のすまし汁 牛乳 チヂミ りんご	胚芽米 コーン 油 しょうゆ 鶏肉 しょうが しょうゆ 酒 片栗粉 焼きのり 油 こまつな にんじん コーン ごま しょうゆ 三温糖 干し湯葉 わかめ にんじん チンゲンサイ ながいも こんぶ だし しょうゆ 牛乳 キャベツ たら 豚ひき肉 コーン おから 片栗粉 かつお節 あおのり 塩 しょうゆ りんご	御飯 ぶりの照り焼き 白菜とハムのサラダ かぼちゃのみそ汁 牛乳 さつまいも ブルー	胚芽米 ぶり しょうゆ みりん 三温糖 酒 油 はくさい コーン ハム フレンチドレッシング 生揚げ かぼちゃ たまねぎ にんじん わかめ ほうれんそう だし みそ 牛乳 さつまいも 米粉 三温糖 パーキングパウダー 豆乳 油 ブルー	御飯 おさかなバーグ キャベツとツナのサラダ 納豆汁 牛乳 かぼちゃのソフトクッキー オレンジ	胚芽米 いわし しょうが にんにく 鶏ひき肉 たまねぎ 片栗粉 塩 油 ケチャップ ツナ キャベツ にんじん 油 酢 塩 しょうゆ 納豆 だいこん たまねぎ ねぎ にんじん こまつな みそ だし 牛乳 かぼちゃ 三温糖 油 はちみつ 米粉 おから オレンジ	御飯 キーマカレー 野菜サラダ 牛乳 お菓子 プチゼリー	胚芽米 押麦 豚ひき肉 たまねぎ しょうが にんにく にんじん 油 カレー粉 グリンピース トマトピューレ ソース 塩 コーン キャベツ ほうれんそう きゅうり ノンオイルドレッシング 牛乳 クッキー せんべい プチゼリー2個	麦御飯 牛肉と蓮根の炒め物 蒸し野菜のサラダ 豆腐みそ汁 牛乳 いもいも トーナツ 梨	胚芽米 押麦 牛肉 塩 酒 れんこん にんじん たまねぎ にんにく 油 しょうゆ 三温糖 ブロッコリー キャベツ にんじん さつまいも 塩 油 レモン果汁 豆腐 にんじん もやし えのき たまねぎ ほうれんそう だし みそ 牛乳 さつまいも 片栗粉 三温糖 パーキングパウダー 油 梨	牛乳 牛乳 お菓子 プチゼリー	牛乳 お菓子(あられ)																		
10	 <p>スポーツの日</p>		11	牛乳 お菓子(煎餅)	12	牛乳 米菓	13	牛乳 お菓子(クッキー)	14	牛乳 米菓	15	牛乳 お菓子(あられ)																	
		御飯 あじのごま焼き キャベツのじゃこ炒め ビーフンのスープ 牛乳 胡麻みたらし りんご	胚芽米 あじ 塩 酒 ごま 油 しらす干し キャベツ チンゲンサイ にんじん 油 三温糖 しょうゆ ビーフン わかめ チンゲンサイ 塩 にんじん コーン 中華だし ねぎ 牛乳 白玉粉 豆腐 三温糖 しょうゆ みりん 片栗粉 ごま りんご	御飯 さばのおろし煮 ほうれん草の納豆あえ だんご汁 牛乳 揚げパンきなこスティック ブルー	胚芽米 さば しょうゆ 三温糖 酒 しょうが だいこん だし ほうれん草 はくさい 納豆 しょうゆ 白玉粉 豚肉 かぼちゃ たまねぎ ごぼう なめこ ねぎ 油 だし みそ 酒 みりん 牛乳 米粉パン 油 きな粉 三温糖 塩 ブルー	麦御飯 納豆のおとし揚げ はるさめともやしのソテー 豆腐旨煮 牛乳 もちもちぱん バナナ	胚芽米 押麦 納豆 コーン 米粉 塩 油 はるさめ もやし にんじん たら コーン ごま油 しょうゆ 塩 豆腐 鶏ささ身 キャベツ にんじん しいたけ ねぎ 酒 塩 しょうゆ 片栗粉 ごま油 牛乳 白玉粉 塩 牛乳 粉チーズ 黒ごま 油 バナナ	御飯 白身魚の照り焼き ほうれん草と油揚げのお浸し 春雨のすまし汁 牛乳 お菓子 梨	胚芽米 かれい 酒 油 三温糖 しょうゆ みりん 片栗粉 ほうれん草 にんじん 油揚げ だし しょうゆ みりん はるさめ ほうれん草 にんじん えのき ねぎ こんぶ だし しょうゆ 牛乳 クッキー せんべい 梨	ツナとトマトのスパゲティ コンソメスープ 牛乳 お菓子 プチゼリー	米粉めん ごまつな ケチャップ たまねぎ ホールトマト ツナ ワイン 塩 油 パセリ キャベツ たまねぎ にんじん えのき ベーコン コンソメ 塩 牛乳 クッキー せんべい プチゼリー2個																		
17	牛乳 米菓	18	牛乳 米菓	19	牛乳 お菓子(クッキー)	20	牛乳 お菓子(煎餅)	21	牛乳 米菓	22	牛乳 お菓子(あられ)																		
御飯 さわらとごぼうの煮つけ きゅうりの酢の物 はくさいの煮だし風汁 牛乳 秋の米粉ケーキ ブルー	胚芽米 さわら ごぼう しょうが 三温糖 酒 しょうゆ きゅうり にんじん わかめ 酢 三温糖 塩 はくさい チンゲンサイ えのき 塩 油揚げ しょうゆ だし こんぶ 牛乳 米粉 パーキングパウダー 三温糖 豆乳 油 くりの甘露煮 りんごジャム ブルー	御飯 豚肉と野菜のごま炒め じゃが芋 きんぴら 切干大根のスープ 牛乳 納豆おやき りんご	胚芽米 豚肉 しょうが にんにく ごま しょうゆ 酒 たまねぎ ねぎ 油 じゃがいも 油 塩 ごぼう 三温糖 にんじん 油 しょうゆ ごま 切干だいこん 干しえび にんじん きくらげ こまつな 中華だし 酒 塩 しょうゆ しょうゆ 牛乳 納豆 キャベツ うめ干し ごま あおのり しらす干し 米粉 片栗粉 ごま油 しょうゆ りんご	麦御飯 ほっけの塩焼き もやしとわかめのナムル なめこのみそ汁 牛乳 焼き芋 みかん	胚芽米 栗 塩 ほっけ 塩 油 もやし にんじん わかめ ごま油 しょうゆ なめこ はくさい だいこん にんじん ねぎ だし みそ 牛乳 さつまいも 塩 みかん	麦御飯 がんもどき ほうれん草と油揚げのお浸し かぼちゃスープ 牛乳 豆腐団子 オレンジ	胚芽米 押麦 豆腐 ひじき えだまめ にんじん 塩 しょうゆ 片栗粉 油 コーンスターチ ほうれん草 にんじん 油揚げ だし しょうゆ みりん ベーコン かぼちゃ たまねぎ にんじん ほうれんそう 中華だし 豆乳 塩 しょうゆ 牛乳 白玉粉 上新粉 豆腐 ゆであずき 三温糖 オレンジ	 <p>秋の遠足</p>	牛乳 お菓子 バナナ	牛乳 牛乳 お菓子 バナナ	牛乳 牛乳 お菓子 プチゼリー	牛乳 お菓子(あられ)																	
24	牛乳 米菓	25	牛乳 お菓子(煎餅)	26	牛乳 米菓	27	牛乳 お菓子(クッキー)	28	牛乳 お菓子(煎餅)	29	牛乳 お菓子(あられ)																		
御飯 あじの煮つけ きゅうりとえのきの酢の物 なすのみそ汁 牛乳 大学芋 ブルー	胚芽米 あじ しょうゆ 三温糖 酒 しょうが きゅうり えのき かにかまぼこ 酢 三温糖 塩 生揚げ かぼちゃ なす ねぎ たまねぎ だし みそ 牛乳 さつまいも 油 三温糖 しょうゆ 黒ごま ブルー	御飯 豚肉と昆布の炒め煮 ほうれん草の白和え 豆腐すまし汁 牛乳 小豆蒸しパン りんご	胚芽米 豚肉 しょうゆ 酒 刻みこんぶ しょうが ごま油 だし しょうゆ 三温糖 ほうれん草 にんじん ひじき しょうゆ 豆腐 塩 ごま 三温糖 豆腐 ほうれんそう えのき にんじん さといも こんぶ だし しょうゆ 塩 牛乳 米粉 パーキングパウダー 豆乳 油 ゆであずき りんご	御飯 鶏肉のマヨネーズソテー もやしのナムル 五目きのこ汁 牛乳 ひじきのハッシュポテト グレープフルーツ	胚芽米 鶏肉 塩 しょうゆ 小麦粉 油 パター マヨドレ たまねぎ 赤ピーマン ピーマン もやし ほうれんそう にんじん ごま油 塩 豆腐 ほうれんそう だいこん しいたけ にんじん えのき だし こんぶ しょうゆ 塩 しめじ 牛乳 じゃがいも ひじき ツナ 塩 油 上新粉 グレープフルーツ	パン れんこんバーグ ごぼうとコーンのサラダ コーン チャウダー お茶 おかおかにぎり バナナ	パン 豚ひき肉 れんこん たまねぎ 塩 しょうゆ ホールトマト マッシュルーム コンソメ ごぼう にんじん だし しょうゆ みりん ハム コーン マヨドレ ごま 鶏肉 にんじん たまねぎ 油 小麦粉 クリームコーン 塩 しょうゆ コンソメ 豆乳 牛乳 さつまいも 玉葱のみそ汁 牛乳 クッキー せんべい みかん	麦御飯 いわしのかば焼き ブロッコリーのこまサラダ さつまいもと 牛乳 お菓子 みかん	胚芽米 押麦 いわし しょうが 酒 片栗粉 油 しょうゆ 三温糖 みりん ブロッコリー きゅうり 塩 ごま さつまいも 油揚げ にんじん たまねぎ わかめ だし みそ 牛乳 クッキー せんべい みかん	トマトリソット 春雨スープ 牛乳 お菓子 プチゼリー	胚芽米 たまねぎ にんじん 油 豆乳 ツナ にんにく ホールトマト クリームコーン コンソメ 塩 パセリ えのき はるさめ はくさい チンゲンサイ 中華だし しょうゆ 塩 にんじん えのき 牛乳 クッキー せんべい プチゼリー2個																		
31	牛乳 米菓	 <p>よく噛むとどうしていいの？</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 味覚の発達 うす味でもおいしく感じ、食品素材のもち味がわかります。 2 消化を助ける だ液の分泌を高め、消化を助けます。 3 頭の働きをよくする 脳の働きを助け、ストレス解消や心の安定に役立ちます。 4 歯並びをよくし、虫歯を防ぐ あごの発達を促します。 5 ことばの発音がはっきりする 		 <p>おしらせ</p> <p>10/21(金)は秋の遠足です。車塚公園に行きます。給食はありませんので、お弁当のご準備をよろしくお願いいたします。なお、雨天の場合も給食はありません。</p>																									