

# 給食だより 9月号

社会福祉法人 雅福社会  
みやび認定こども園

9月は暦上での季節は秋となります。夏の疲れや気温の変化で体調を崩さないよう注意しましょう。秋は、「食欲の秋」と言われるように、こども達の活動量も増え、食欲旺盛になる季節です。食べのちが美味しい季節で、旬の野菜や果物がたくさんあります。今月の給食では、サツマイモ、きのこ類、梨といった旬の食材を予定しておりますので楽しみにしててください。こどもたちに旬を感じてもらえたら嬉しいです。

## 旬の食材 (秋)

 なし

・ビタミン、ミネラル  
・カリウム、食物繊維含む。

 ピオーネ (ブドウ)

・ポリフェノール、ビタミンC  
・抗酸化作用。

 しめじ (きのこ類)

・食物繊維、ビタミンB2  
を含む。カルシウム・リン等  
吸収促進効果。

 ごぼう

・カリウム、カルシウム等  
ミネラル豊富。

## 子どもと学ぶ料理の基本

### 道具を覚えよう

子どもと料理の基本を学ぶときは、食材にさわったり、火を使ったりする前に、まずは道具を覚えることから始めてみましょう。包丁・やまな板、網、フライパンなどよく使うもののほか、ザル、ボウル、計量カップ、計量スプーン、菜ばし、フライ返しなど、その名前や用途を子どもと一緒に確認していきます。「これは、どんなときに使うのかな？」と声かけをしたり、実際に手に持ってみたりしてもいいでしょう。



## ◎調理の工夫をしよう

- 減塩の工夫・・・園では、だしの味を効かせて減塩をしています。素材の味を感じて欲しいです。
- 牛乳と果物を摂ろう・・・成長期のこどもたちにとって、カルシウムとビタミンは大切な栄養素となります。チーズやヨーグルトといった乳製品の活用もしましょう。

## 食事の前に手洗いの習慣を

食事の前の手洗いは、手をきれいにしてから食べるという準備でもあり、子どもが「これからごはんを食べる」ということを覚えていく合図でもあります。園では保育者が声かけをしながらおこなっていますが、おうちでも習慣にできるといいですね。

食事の前の手洗いは、手をきれいにしてから食べるという準備でもあり、子どもが「これからごはんを食べる」ということを覚えていく合図でもあります。

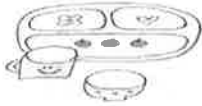
園では保育者が声かけをしながらおこなっていますが、おうちでも習慣にできるといいですね。



## 安心して食べられる環境を

離乳期に、赤ちゃんが食べることを覚えていく大切な時期です。そのときに大切なのは、赤ちゃんが食べている心地よさを感じられることです。離乳食のメニューも大事ですが、まずは安心して食べられる環境ができていないかを振り返ってくださいます。





# 9月の離乳食献立表<その1>

令和4年

みやび認定こども園



回食 月齢	昼食			おやつ 中期・後期 7~11ヶ月頃
	初期 5・6ヶ月頃(開始後一ヶ月間)	中期 7・8ヶ月	後期 9・10・11ヶ月	
固さの 目安	トロトロ ⇒ ベタベタ ヨーグルト状	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(荒みじん切り)	
1	10倍粥 大根と人参のとろとろ煮 すまし汁	7倍粥 白身魚の青菜あんかけ 大根と人参のつぶし煮 わかめのすまし汁 りんご煮	全粥 白身魚の青菜あんかけ 大根と人参の柔らか煮 わかめのみそ汁 りんご煮	野菜おじや
木	(主な材料)米 白身魚 ほうれん草 大根 人参 わかめ りんご			ささみ ブロッコリー 玉ねぎ
2	10倍粥 玉ねぎと青菜ペースト すまし汁	7倍粥 ささみとわかめのつぶし煮 ブロッコリーのつぶし煮 青菜のすまし汁 オレンジ	全粥 ささみとわかめの柔らか煮 ブロッコリーの柔らか煮 青菜のすまし汁 オレンジ	野菜おじや
金	(主な材料)米 ささみ わかめ ブロッコリー 人参 チンゲン菜 玉ねぎ オレンジ			冬瓜 キャベツ 人参
3	10倍粥 さつま芋ペースト すまし汁	7倍粥 青菜とひじきのつぶし煮 キャベツと玉ねぎのつぶし煮 さつま芋のすまし汁 パナナヨーグルト	全粥 青菜とひじきの柔らか煮 キャベツと玉ねぎの柔らか煮 さつま芋のすまし汁 パナナヨーグルト	野菜おじや
土	(主な材料)米 豆腐 ひじき キャベツ 玉ねぎ さつま芋 ヨーグルト パナナ			南瓜 キャベツ 人参
5	10倍粥 南瓜ペースト すまし汁	7倍粥 ささみと南瓜のつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 わかめのすまし汁 オレンジ	全粥 ささみと南瓜の柔らか煮 大根と人参の柔らか煮 わかめのすまし汁 オレンジ	野菜おじや
月	(主な材料)米 ささみ 南瓜 大根 人参 オレンジ			ブロッコリー 玉ねぎ しらす
6	10倍粥 白身魚と人参ペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と人参のつぶし煮 玉ねぎとオクラのつぶし煮 なすすまし汁 つぶしバナナ	全粥 白身魚と人参の柔らか煮 玉ねぎとオクラの柔らか煮 なすすまし汁 パナナ	野菜おじや
火	(主な材料)米 白身魚 人参 玉ねぎ オクラ なす パナナ			ささみ いんげん 玉ねぎ
7	10倍粥 しらすとじゃが芋ペースト すまし汁	7倍粥 しらすとじゃが芋のつぶし煮 きゅうりとキャベツのつぶし煮 人参のすまし汁 梨煮	全粥 しらすとじゃが芋の柔らか煮 きゅうりとキャベツの柔らか煮 人参のすまし汁 梨煮	さつま芋と南瓜煮
水	(主な材料)米 しらす じゃが芋 きゅうり キャベツ 人参 梨			さつま芋 南瓜
8	10倍粥 かぼちゃペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と玉ねぎのつぶし煮 かぼちゃのつぶし煮 豆腐のすまし汁 オレンジ	全粥 白身魚と玉ねぎの柔らか煮 かぼちゃの柔らか煮 豆腐のすまし汁 オレンジ	野菜おじや
木	(主な材料)米 白身魚 玉ねぎ 南瓜 豆腐 オレンジ			鶏ミンチ ほうれん草 人参
9	10倍粥 さつま芋ペースト すまし汁	とろとろ野菜そば丼 しらすときゅうりのつぶし煮 りんご煮	とろとろ野菜そば丼 しらすときゅうりの柔らか煮 りんご煮	野菜おじや
金	(主な材料)沖縄そば キャベツ 人参 小松菜 しらす きゅうり りんご			鮭 玉ねぎ 小松菜
10	10倍粥 ゆし豆腐 すまし汁	野菜丼 南瓜玉ねぎのつぶし煮 きゅうりのすまし汁 オレンジ	野菜丼 南瓜玉ねぎの柔らか煮 きゅうりのすまし汁 オレンジ	野菜おじや
土	(主な材料)米 鶏ミンチ オクラ キャベツ 人参 南瓜 玉ねぎ オレンジ			しらす あおさ 人参
12	10倍粥 じゃが芋と玉ねぎのペースト すまし汁	7倍粥 ささみと青菜のつぶし煮 じゃが芋と玉ねぎのつぶし煮 冬瓜のすまし汁 オレンジ	全粥 ささみと青菜の柔らか煮 じゃが芋と玉ねぎの柔らか煮 冬瓜のすまし汁 オレンジ	野菜おじや
月	(主な材料)米 ささみ チンゲン菜 じゃが芋 玉ねぎ オレンジ			鶏ミンチ 人参 キャベツ
13	10倍粥 さつま芋のペースト すまし汁	7倍粥 さつま芋のそぼろ煮 青菜と玉ねぎのつぶし煮 オクラのすまし汁 りんご煮	全粥 さつま芋のそぼろ煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 オクラのすまし汁 りんご煮	野菜おじや
火	(主な材料)米 さつま芋 ささみ 小松菜 玉ねぎ オクラ りんご			白身魚 人参 ブロッコリー
14	10倍粥 白身魚と青菜のペースト すまし汁	7倍粥 魚と青菜のつぶし煮 人参とキャベツのつぶし煮 豆腐のすまし汁 つぶしバナナ	全粥 魚と青菜の柔らか煮 人参とキャベツの柔らか煮 豆腐のすまし汁 パナナ	野菜おじや
水	(主な材料)米 白身魚 ほうれん草 人参 キャベツ 豆腐 パナナ			白身魚 ほうれん草
15	10倍粥 南瓜と人参のペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と人参のつぶし煮 冬瓜のつぶし煮 南瓜のすまし汁 オレンジ	全粥 白身魚と人参の柔らか煮 冬瓜の柔らか煮 南瓜のすまし汁 オレンジ	野菜おじや
木	(主な材料)米 白身魚 人参 冬瓜 かぼちゃ オレンジ			しらす きゅうり さつま芋
16	10倍粥 ささみと人参のペースト すまし汁	7倍粥 ささみと人参のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 青菜のすまし汁 梨煮	全粥 ささみと人参の柔らか煮 じゃが芋の柔らか煮 青菜のすまし汁 梨煮	野菜おじや
金	(主な材料)米 ささみ 人参 じゃが芋 ほうれん草 梨			鶏ミンチ オクラ 人参

※ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。  
 ※ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます。  
 ※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。



# 9月の離乳食献立表<その2>

令和4年

みやび認定こども園



回食 月齢	昼食			おやつ 中期・後期 7~11ヶ月頃
	初期 5・6ヶ月頃(開始後一ヶ月間)	中期 7・8ヶ月	後期 9・10・11ヶ月	
固さの 目安	トロトロ ⇒ ベタベタ ヨーグルト状	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(荒みじん切り)	
17	10倍粥 ゆし豆腐 すまし汁	7倍粥 野菜のそぼろ煮 きゅうりとトマトのつぶし煮 ゆし豆腐 つぶしバナナ	全粥 野菜のそぼろ煮 きゅうりとトマトの柔らか煮 ゆし豆腐 つぶしバナナ	さつま芋とりんご煮
土	(主な材料)米 ゆし豆腐 鶏ミンチ 人参 小松菜 大根 きゅうり トマト バナナ			さつま芋 りんご
19	<b>敬老の日(公休日)</b>			
20	10倍粥 豆腐のペースト すまし汁	7倍粥 豆腐と青菜つぶし煮 人参のつぶし煮 冬瓜のすまし汁 オレンジ	全粥 豆腐と青菜柔らか煮 人参の柔らか煮 冬瓜のすまし汁 オレンジ	野菜おじや
火	(主な材料)米 豆腐 チンゲン菜 人参 玉ねぎ 冬瓜 オレンジ			南瓜 しらす キャベツ
21	10倍粥 南瓜のペースト すまし汁	7倍粥 鶏レバーと南瓜のつぶし煮 人参ときゅうりのつぶし煮 白菜のすまし汁 バナナヨーグルト	全粥 鶏レバーと南瓜の柔らか煮 人参ときゅうりの柔らか煮 白菜のすまし汁 バナナヨーグルト	野菜おじや
水	(主な材料)米 南瓜 鶏レバー 人参 きゅうり 白菜 ヨーグルト バナナ			わかめ キャベツ 人参
22	10倍粥 野菜ペースト すまし汁	7倍粥 鮭と人参のつぶし煮 大根とひじきのつぶし煮 豆乳さつま汁 梨煮	全粥 鮭と人参の柔らか煮 大根とひじきの柔らか煮 豆乳さつま汁 梨煮	野菜おじや
木	(主な材料)米 鮭 人参 大根 ひじき さつま芋 豆乳 梨			しらす ブロッコリー 玉ねぎ
23	<b>秋分の日(公休日)</b>			
24	10倍粥 人参のペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と青菜のつぶし煮 キャベツと大根のつぶし煮 人参のすまし汁 りんご煮	全粥 白身魚と青菜の柔らか煮 キャベツと大根の柔らか煮 人参のすまし汁 りんご煮	さつま芋と南瓜煮
土	(主な材料)米 白身魚 小松菜 キャベツ 大根 人参 りんご			さつま芋 南瓜
26	10倍粥 南瓜のペースト すまし汁	7倍粥 もずくと豆腐のつぶし煮 南瓜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 オレンジ	全粥 もずくと豆腐の柔らか煮 南瓜の柔らか煮 玉ねぎのすまし汁 オレンジ	野菜おじや
月	(主な材料)米 もずく 豆腐 南瓜 玉ねぎ オレンジ			ささみ 人参 白菜
27	10倍粥 豆腐のペースト すまし汁	7倍粥 豆腐と人参のつぶし煮 なすと玉ねぎのつぶし煮 青菜のすまし汁 つぶしバナナ	全粥 豆腐と人参の柔らか煮 なすと玉ねぎの柔らか煮 青菜のすまし汁 バナナ	野菜おじや
火	(主な材料)米 豆腐 人参 なす 玉ねぎ ほうれん草 バナナ			あおさ 人参 冬瓜
28	10倍粥 じゃが芋ペースト すまし汁	7倍粥 鮭とほうれん草のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 白菜のすまし汁 りんご煮	全粥 鮭とほうれん草の柔らか煮 じゃが芋の柔らか煮 白菜のすまし汁 りんご煮	野菜おじや
水	(主な材料)米 鮭 ほうれん草 じゃが芋 白菜 りんご			しらす かぼちゃ 小松菜
29	10倍粥 キャベツと人参のペースト すまし汁	7倍粥 豚肉とひじきのつぶし煮 キャベツと人参のつぶし煮 わかめのすまし汁 オレンジ	全粥 豚肉とひじきの柔らか煮 キャベツと人参の柔らか煮 わかめのすまし汁 オレンジ	野菜おじや
木	(主な材料)米 豚肉 きゅうり ひじき キャベツ 人参 わかめ オレンジ			鶏ミンチ 人参 ほうれん草
30	10倍粥 人参のペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と人参のつぶし煮 ブロッコリーのつぶし煮 キャベツのすまし汁 つぶしバナナ	全粥 白身魚と人参の柔らか煮 ブロッコリーの柔らか煮 キャベツのすまし汁 バナナ	野菜おじや
金	(主な材料)米 白身魚 人参 ブロッコリー 玉ねぎ キャベツ バナナ			しらす 南瓜 白菜

※ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。  
 ※ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます。  
 ※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。

## 食事はマナーよりも楽しさ優先で

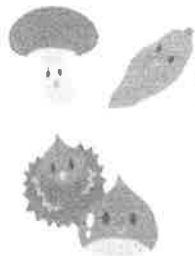
食事は、楽しく食べることがいちばんです。0~2歳児は、まだマナーは二の次で大丈夫。大人と一緒にの食卓で、和やかに会話をしながら食事をさせましょう。食べこぼしが気になる場合は、テーブルの下にシートを敷きます。



## あそび食へにはどう対応する？

食べる気がなくなり、食べ物をおもちゃにしてしまう「あそび食」。子どもがある程度は自分で食べたら、残りは介助しながら与えましょう。顔をそむけたり、イヤイヤをしたりしたら、ごちそうさまのサイン。早めに切り上げるようにします。





# 9月の献立



令和4年 みやび認定こども園

日	こんだて	おやつ	(あか)血や肉をつくる	(きいろ)熱や力になる	(みどり)体の頑子を解える
1日(木)	納豆ご飯 さばのみそ煮 オクラのおかか和え 大根の煮物 そうめん汁 果物	おやつパン 牛乳	さば みそ 糸かつお 鶏肉 大豆 納豆 牛乳	米 油 砂糖 そうめん 菓子パン	しょうが 大根 人参 いんげん 椎茸 ねぎ 玉ねぎ ピーマン 果物
2日(金)	玄米ご飯 鶏肉の梅マヨ焼き ゴーヤーチャンプルー 豆腐のみそ汁 果物	チョコチップスコーン 牛乳	鶏肉 卵 ツナ 牛乳 みそ 牛乳	米 玄米 マヨネーズ 砂糖 油 さといも 小麦粉	大葉 ゴーヤ 玉ねぎ 人参 しめじ ちんげん菜 レーズン 果物
3日(土)	ドライカレー 野菜サラダ 春雨スープ 果物	源氏パイ ミニゼリー 牛乳	合挽きミンチ 大豆 牛乳	米 油 ゴマドレッシング 春雨 パター 砂糖	人参 玉ねぎ ピーマンキャベツ きゅうり コーン 果物
5日(月)	スパゲッティーナポリタン コンソメスープ ブロッコリーサラダ 果物	わかめおにぎり お茶	合挽きミンチ 豚レバー 大豆 卵 チーズ 生クリーム 牛乳	米 押麦 油 ゴマドレッシング 春雨 パター 砂糖 さつま芋	人参 玉ねぎ ピーマン レーズン マッシュルーム ブロッコリー パプリカ カリフラワー ちんげん菜 果物
6日(火)	麦ご飯 白身魚のケチャップあん 千切りイリチー へちまのみそ汁 果物	チーズサブレ 牛乳	白身魚 豚肉 ゆし豆腐 みそ 粉チーズ 豆乳 牛乳	米 押麦 こんにやく 油 小麦粉 パター	玉ねぎ えのき ピーマン 人参 切干大根 椎茸 へちま ねぎ 果物
7日(水)	あわご飯 豚肉の生姜焼き 白菜の梅和え物 冬瓜のみそ汁 果物	くんべん 牛乳	牛肉 ちくわ わかめ きなこ みそ 糸かつお 牛乳	米 こんにやく さといも 食パン パター 砂糖	玉ねぎ 人参 グリーンピース 白菜 きゅうり 果物
8日(木)	玄米ご飯 鮭の塩焼き ツナと青菜のサラダ じゃが芋のみそ汁 果物	ブラウニー 牛乳	鮭 厚揚げ ツナ 豚肉 卵 みそ 牛乳	米 玄米 砂糖 じゃが芋 小麦粉 パター	大根 人参 ブロッコリー しょうが レタス トマト ほうれん草 玉ねぎ 大根の葉 果物
9日(金)	三枚肉そば ほうれん草の白和え 焼きいも 果物	チョコケーキ 牛乳	豚肉 かまぼこ しらす 鶏肉 牛乳	沖縄そば ねぎ さつま芋 ごま油 米	ねぎ きゅうり たけのこ 人参 椎茸 果物
10日(土)	☆ 第19回 運動会 ☆				
12日(月)	黒米ご飯 白身魚の西京焼き 粉ふき芋 人参しりしり アーサ汁 果物	たいやき 牛乳	白身魚 あおさ 卵 あおさ みそ 豆腐 牛乳	米 黒米 油 じゃが芋 パター 黒糖 砂糖 小麦粉	長ねぎ 人参 玉ねぎ いら 果物
13日(火)	麦ご飯 チキンの照り焼き ブロッコリー クープイリチー わかめのみそ汁 果物	メープルスコーン 牛乳	鶏ミンチ 豆腐 ツナ 油揚げ 豆乳 みそ 牛乳	米 押麦 パン粉 砂糖 油 こんにやく ケーキミックス	玉ねぎ れんこん しょうが 小松菜 ブロッコリー 人参 オクラ しめじ 果物 人参
14日(水)	🍱 お弁当会 🍱				
15日(木)	ご飯 ハンバーグ オクラのおかか和え ポテト炒め もずくのすまし汁 果物	チーズケーキ 牛乳	さば 糸かつお 鶏肉 ひじき みそ 牛乳	米 あわ 砂糖 油 パター ケーキミックス さつま芋 ごま	きゅうり 人参 たけのこ いんげん かぼちゃ 玉ねぎ 貝割大根 果物
16日(金)	あわご飯 鶏肉のピザ焼き ポテトサラダ コンソメスープ 果物	ゴマケーキ 牛乳	鶏肉 チーズ 枝豆 牛乳 卵 牛乳	米 あわ 油 じゃが芋 砂糖 マヨネーズ 小麦粉 パター	玉ねぎ マッシュルーム 人参 パプリカ りんご 果物
17日(土)	ビビンバ丼 ゆし豆腐 果物	麦ふあ〜 チーズ 牛乳	豚肉 みそ ツナ ゆし豆腐 牛乳	米 砂糖 ごま油 ごま 春雨	しょうが にんにく もやし 小松菜 人参 きゅうり パプリカ ねぎ 果物
19日(月)	敬老の日(公休日)				
20日(火)	玄米ご飯 麻婆豆腐 春雨の中華和え 中華スープ 果物	バナナケーキ 牛乳	豆腐 合挽き みそ 卵 牛乳 きなこ	米 玄米 ごま油 砂糖 サラスパ マヨネーズ 春雨 ごま 黒糖 芋くず	人参 玉ねぎ 椎茸 たけのこ いら にんにく しょうが パプリカ きゅうり ちんげん菜 コーン 果物
21日(水)	わかめご飯 豚肉のみそ漬焼き 南瓜の煮物 白菜の和え物 豆腐のみそ汁 果物	ロックツッキー 牛乳	豚肉 卵 ツナ 油揚げ みそ みそ 豆腐 牛乳	米 小麦粉 油 砂糖 バター	かぼちゃ 白菜 人参 きゅうり ほうれん草 果物 パナナ
22日(木)	タコライス マカロニサラダ 冬瓜のみそ汁 果物	アガラサー 牛乳	合挽きミンチ チーズ 卵 ツナ 牛乳	米 押麦 カレー粉 マカロニ マヨレ パター 小麦粉 砂糖 ごま	玉ねぎ 人参 にんにく レタス トマト きゅうり 小松菜 冬瓜 えのき 椎茸 果物
23日(金)	秋分の日(公休日)				
24日(土)	チャーハン 大根の和え物 春雨スープ 果物	コーンフレーク 牛乳	牛肉 ちくわ 豆腐 牛乳	米 油 ごま油 砂糖 春雨	玉ねぎ 人参 ピーマン 大根 きゅうり オクラ 果物
26日(月)	さつま芋ご飯 さばの照焼き キャベツの塩昆布和え 玉ねぎのみそ汁 果物	チーズ蒸しパン 牛乳	さば 油揚げ みそ チーズ 卵 豆乳 こんぶ 牛乳	米 さつま芋 ごま 砂糖 パター こんにやく ごま油 小麦粉	キャベツ 人参 玉ねぎ しょうが ねぎ 果物
27日(火)	チキンカレー 野菜サラダ わかめスープ 果物	オートミールクッキー 牛乳	豆腐 卵 豚肉 油揚げ みそ 昆布 鶏ミンチ 牛乳 牛乳	米 もちきび 砂糖 こんにやく 油 ケーキミックス 砂糖	玉ねぎ 赤ピーマン 椎茸 切干大根 人参 なす しめじ ねぎ 果物
28日(水)	麦ご飯 焼肉 クープイリチー 大根のみそ汁 果物	黒糖ケーキ 牛乳	さわら 豚肉 ゆし豆腐 みそ きなこ 牛乳	米 マヨネーズ 砂糖 ごま 里芋 油 いもくず 紅芋粉	しょうが 玉ねぎ 赤ピーマン ピーマン 小松菜 ごぼう たけのこ きぬさや えのき ねぎ 椎茸 果物
29日(木)	黒米ご飯 魚のマヨネーズ焼き 筑前煮 青菜のごま和え 豆腐のみそ汁 果物	ジャムサンド 牛乳	鶏肉 白身魚 卵 油揚げ みそ 牛乳	米 押麦 小麦粉 パン粉 油 砂糖 食パン いちごジャム	にんにく キャベツ きゅうり 人参 もやし いんげん かぶ ねぎ 果物
30日(金)	ふりかけご飯 チキン唐揚げ ひじき炒め 白菜の梅和え アーサ汁 果物	誕生日ケーキ 牛乳	鶏肉 卵 ウインナー ひじき 牛乳	米 パター 小麦粉 油 マヨネーズ じゃが芋	白菜 人参 きゅうり 玉ねぎ 果物

※行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。  
※アレルギー対応は医師の診断書に基づき実施しております。

