

4月 えんだより

社会福祉法人幸福社会あゆみ保育園
TEL : 850-3043
FAX : 850-3255
<https://www.ayumihoikuen.okinawa/>
2026年4月発行

入園、進級おめでとうございます。いよいよ、待ちに待った新しい生活が始まりました。園庭の草花や虫たちも、元気いっぱい子どもたちの登園を歓迎しているようです。

子どもたちが毎日を楽しみ、自分らしく伸び伸びと過ごせるよう、職員一同、一人ひとりの気持ちを大切に受け止めてまいります。子どもたちの成長を、保護者の皆様と共に分かち合い、見守っていききたいと考えております。一年間、どうぞよろしくお願いいたします。

2026年4月 園長・職員一同

今月のねらい

- ひとり一人の生活リズムを把握し、個々のリズムに合わせた環境づくりを心がけることで安心して過ごせるようにする。
- 保育者に気持ちを受け止めてもらい、新しい環境で安心して過ごす。
- 新しい環境や保育者、友だちに慣れ安心して過ごす。
- 保育者や友達と親しみ、安定した気持ちで好きな遊びを楽しむ
- 進級した事に喜びを感じ、好きな遊びを見つけて友だちと一緒に取りくんだり、戸外では思い切り身体を動かして遊ぶ。
- 進級した事に喜び、新たな環境で保育者や友達と楽しく過ごす。



今月の予定



月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		入園式		和太鼓	
6	7	8	9	10	11
空手		体育		1日保育開始	
13	14	15	16	17	18
	弁当会	体育		保護者役員会	
20	21	22	23	24	25
空手	こいのぼり 掲揚式	体育	避難訓練	誕生会	
27	28	29	30		
空手		昭和の日			

♪ 今月のうた

チューリップ
ことりのうた

おたんじょうび
おめでとう!!

<1歳になります>

(2日)
(10日)
(11日)
(28日)

<2歳になります>

(9日)
(9日)
(27日)

<3歳になります>

(6日)
(6日)
(14日)
(21日)

<4歳になります>

(8日)
(8日)
(23日)
(24日)
(12日)
(25日)

<5歳になります>

(8日)
(16日)
(22日)
(5日)
(12日)
(18日)
(29日)

<6歳になります>

(13日)
(26日)

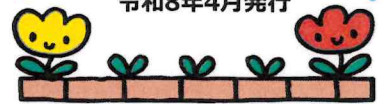
お知らせとお願い

- 持ち物には名前を記入しましょう!!名前が消えているものがないか再度確認をお願いします。
 - 4/10 (金) までに、個人情報に関する同意書一式・家庭調査表の提出をお願いします。
 - 4/10 (金) までに、ティッシュ5箱・ぞうきん2枚をお願いします。
 - 4/17 (金) 18:30から保護者役員会を予定しています。
 - 5/8 (金) すいか組懇談会・5/12 (火) りんご組懇談会・5/15 (金) もも組懇談会
5/21 (木) ゆずみかん懇談会を予定しています。(各クラス9:30~)
 - 5/30 (土) さくらんぼ組・あかきいちご組の懇談会を予定しています。(9:30~)
- 午後より職員の資質向上や、共通理解のための研修を行いますので、家庭保育協力をお願いします。



あゆみ保育園

令和8年4月発行



ご入園、ご進級おめでとうございます。4月当初は、環境の変化で、新入児はもちろん在園児も緊張から、大人が思っている以上に疲れやすくなっています。毎日お子さんが楽しく元気に過ごせるようご家庭でもゆっくり過ごしましょう。今年も保健に関する情報を保健だよりを通してお知らせしていきます。

年間保健行事予定

<5月> 尿検査 (2.34.5歳児)

内科検診

<6月> 歯科検診

内科検診

<11月> 尿検査 (2.34.5歳児)

歯科検診・内科検診

お医者さん紹介

内科：安次富 健二
(あじとみクリニック)

歯科：宮城 克優
(ゆがふ歯科)

《保育園での嘔吐物・便・血液の取り扱いについてのお願い》

当園では、厚生労働省の「保育所における感染症ガイドライン」に従い、園内での感染拡大を防ぐために、嘔吐物・便・血液のついた衣服などは、園内で洗わず、ビニール袋に入れてご家庭にお返しします。保護者の方々にはご負担になるかと存じますが、お子さんを感染症から守るためにもご理解とご協力よろしくお願い致します。

園で預かる薬について

与薬については、医療行為に当たるため原則としてお断りしていますが、例外的処置として病院で処方された薬に限りお預かりしますが、お薬は医師に相談の上、朝夕のご家庭で対応出来るようご協力をお願いします。尚、事故防止のため下記の注意事項をお守りください。

☆お薬依頼書を記入し提出。

☆お薬には必ず名前を記入し、1回分を担任に手渡す。(水薬は1回分を小さい容器に小分けして持ってきて下さい。)

☆市販薬や頓服薬(痛み止め、解熱剤、咳止めなど)はお預かりできません。初めて飲む薬や処方の古い薬(以前に受診した際の取りおきの薬など)もお預かりできませんのでご了承ください。

発熱時の対応について

保育園で発熱した場合は保護者へご連絡しますのでお迎えをお願いします。尚、熱がない場合でも体調が悪い場合はお迎えをお願いすることがありますのでご了承下さい。熱がある場合や朝方、座薬を使用しての登園もお控えください。新年度は環境の変化により体調を崩しやすく、気持ちも不安定になる時期です。お子さんの家庭での様子で気になることは担任までお知らせ下さい。

子どもたちの健康が守られるよう配慮していきたいと思っております。ご協力よろしくお願い致します。

24時間以内に38度以上の熱が出た場合や解熱剤を使用している場合は、登園を控え、家でお子さんの様子を見ることをお勧めします。

【2026年3月の感染症】

ウイルス性胃腸炎	0名
溶連菌感染症	0名
インフルエンザ	1名
水ぼうそう	0名
突発性発疹	0名

4月

給食だより



2026年 4月

ご入園・ご進級おめでとうございます
 新年度が始まりました。園での生活に子どもたちが早く慣れるよう、食事の面からもサポートしていきますので、どうぞよろしくお願いいたします。子どもの成長と栄養バランスに配慮したおいしい給食を楽しみにしててくださいね。

知って得する

食の知恵袋

しっかり食べたい朝ご飯

脳や体をしっかり目覚めさせるためには、朝ご飯をきちんと食べることが大切です。朝は何かと忙しく時間が足りないことも多いかもしれませんが、少量でも口にできるといいですね。起きてすぐに食欲がわかない子どもには、起床して30分ほど待ってから、食べるように促してみましょう。

たんぱく質や炭水化物、ビタミンを朝からバランスよくとることで、体温が上がり、集中力も高まり、体の成長や免疫力の向上にもつながります。

食欲のない子に向く朝食の工夫

- ①手づかみでも食べられる形状にする
 ★一口サイズのさけ、ツナのおにぎり、卵焼きなど
 - ②子どもの好きな食べ物を出す
 ★バナナや1/4にカットしたミニトマトなど
 ★ケチャップ味にするなど
 - ③具たくさんの温かい汁物を出す
 ★食べやすく栄養豊富で消化によい
- *①～③をセットにするのもおすすめです



～朝食におすすめの食材～

エネルギー源になる炭水化物の食材・・・パンやごはんなど

体温を上昇させてくれるたんぱく質の食材・・・肉・魚・卵など

不足しがちなビタミンやミネラルが豊富に含まれる野菜類や果物も一緒にとるとよいです。

・目玉焼きトースト

食パンに卵を落として周りにマヨネーズとチーズを乗せ、塩コショウを軽く振って焼くだけで出来上がり！あつあつチーズと卵のとろーり感がたまりません。

・オニオンマヨチーズトースト

薄切り玉ねぎとマヨネーズ、チーズを食パンに乗せて焼くだけで出来上がり！トーストされた玉ねぎが甘くて美味しいですよ。

・照り焼きチキンマヨトースト

缶詰の焼き鳥を食パンに乗せてマヨネーズをかけて焼くだけで出来上がり！焼けたらきざみのりやかいわれを乗せるとさらに美味しく見栄えも良くなりますよ。

・鮭枝豆おにぎり

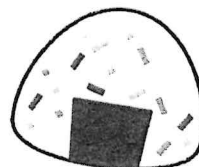
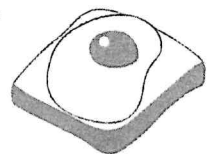
〈材料〉ご飯・鮭フレーク・枝豆

・おかかチーズおにぎり

〈材料〉ご飯・チーズ(小さく切る)・かつお節

・しらすおにぎり

〈材料〉ご飯・しらす・醤油



2026年 令和8年

4月

予定献立表

あゆみ保育園

管理栄養士 上原 育代

日	曜日	こんだて	＜あか＞ 血や肉をつくる	＜きいろ＞ 熱や力になる	＜みどり＞ 体の調子を整える	おやつ	
1	水	チキンカレー ジャコサラダ ワカメスープ 果物	鶏肉 しらす 牛乳	米 ジャが芋 油 ふ 黒糖 強力粉	にんじん たまねぎ セロリ ピーマン キャベツ きゅうり わかめ りんご	保育乳 黒糖アガラサー	
2	木	強化あわごはん 鮭の甘酢焼き 春雨炒め 大根ときのこのみそ汁 果物	さけ 牛乳	米 あわ 砂糖 片栗粉 はるさめ パン バター	キャベツ にんじん もやし ピーマン だいこん えのき ねぎ オレンジ	保育乳 ココアトースト	
3	金	ミートスパゲティ チーズ うまっコリー アーサ汁 果物	豚ひき肉 チーズ 豆腐 さけ 豆乳	スパゲティ 油 マヨネーズ ごま 米	たまねぎ にんじん セロリ トマト マッシュルーム ピーマン コーン ブロッコリー あおさ ねぎ パナナ	豆乳 鮭おにぎり	
4	土	豚丼 からしな和え じゃがいもみそ汁 果物	豚肉 豆腐 ツナ缶 油揚げ	米 油	たまねぎ にんじん しめじ か らしな じゃがいも ねぎ パナナ	野菜ジュース ふかし芋	
6	月	ホイコーロー丼 マカロニサラダ ほうれん草スープ 果物	豚肉 豆腐 牛乳	米 砂糖 マカロニ マヨネーズ ホッ トケーキMIX	たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン きゅうり コーン ほうれん草 オレンジ	保育乳 小倉ホットケーキ	
7	火	強化あわごはん さばのバーベ キューソース焼き 千切りイリチー 白菜みそ汁 果物	さば 豚肉 牛乳	米 あわ 砂糖 油 パン バター 黒糖	きりぼしだいこん こんぶ にんじん こんにゃく はくさい えのき ねぎ りんご	保育乳 黒糖トースト	
8	水	沖縄そば ナムル かぼちゃの煮物 果物	豚肉 かまぼこ 豆乳	沖縄そば 砂糖 油 米	ねぎ もやし こまつな にんじん かぼちゃ パナナ	豆乳 わかめおにぎり	
9	木	強化あわごはん さばの梅干し煮 人参シシリ 豆腐とキャベツみそ汁 果物	さば 豆腐 生クリーム 牛乳	米 あわ 黒糖 油 さつま芋 砂糖 バター	にんじん たまねぎ にら キャベツ ねぎ オレンジ	保育乳 スイートポテト	
10	金	強化玄米ごはん 豆腐ハンバーグ ゆでブロッコリー きんぴらごぼう じゃが芋みそ汁 果物	豚ひき肉 豆腐 牛乳	米 玄米 パン粉 油 砂糖 ごま じゃが芋 小麦粉 バター	ひじき たまねぎ ブロッコリー ごぼう にんじん わかめ ねぎ りんご	保育乳 ショートブレッド	
11	土	肉みそ丼 白菜おかか和え もずくスープ 果物	豚ひき肉 油 豆腐	米 ジャが芋 油 クラッカー	しょうが にんじん たまねぎ しめじ ピーマン もずく 白菜 ねぎ パナナ	野菜ジュース マシュマロサンド	
13	月	雑穀ごはん 大根と豚肉のみそ煮 納豆和え そうめん汁 果物	豚肉 納豆 きな粉 牛乳	米 雑穀 油 砂糖 そうめん バター	だいこん にんじん ブロッコリー しらたき こまつな ねぎ オレンジ	保育乳 ふのきなこラスク	
14	火	お弁当会（お弁当たのしみだね！） 					保育乳 チョコマフィン
15	水	強化玄米ごはん 鮭のみそ焼き 白菜うま煮 ゆし豆腐 果物	さけ 豚肉 ゆし豆腐 牛乳	米 玄米 砂糖 ごま 片栗粉 さつま芋 油	はくさい にんじん たまねぎ チンゲンサイ ねぎ パナナ	保育乳 大学芋	
16	木	麦ごはん クリームシチュー 厚揚げの煮付け ほうれん草のツナ和え 果物	鶏肉 牛乳 生揚げ 生クリーム 豆乳 豚 脂粉乳 ツナ缶	パン ジャが芋 油 砂糖 ごま 米	セロリ にんじん たまねぎ しめじ ブロッコリー ほうれん草 オレンジ	豆乳 チョコクリームサンド	
17	金	（浜下りメニュー）黒米ごはん さばのカレー焼き ひじきの煮物 豚汁 果物	さば ちくわ 油揚げ 豚肉 牛乳	米 黒米 片栗粉 砂糖 油	ひじき にんじん にら こんにゃく たまねぎ ごぼう だいこん ねぎ りんご	プリン 星せんべい	
18	土	肉うどん かぼちゃチーズサラダ 果物	豚肉 チーズ	うどん 油 片栗粉 じゃが芋マヨネーズ 砂糖 米	たまねぎ にんじん キャベツ しいたけ ねぎ かぼちゃ きゅうり パナナ	野菜ジュース ゆかりおにぎり	
20	月	強化あわごはん ポークチャップ ゴボウサラダ 白菜コーンスープ 果物	豚肉 ツナ缶 牛乳	米 あわ 油 砂糖 マヨネーズ ホットケーキMIX	たまねぎ にんじん ピーマン にんにく ごぼう きゅうり コーン はくさい オレンジ	保育乳 人参ホットケーキ	
21	火	強化玄米ごはん 鮭の梅マヨ焼き フーイリチー 大根のみそ汁 果物	さけ ツナ缶 豆腐 きな粉 牛乳	米 玄米 油 マヨネーズ 車ふ 芋くず 黒糖	にんじん もやし キャベツ ピーマン だいこん ねぎ パナナ	保育乳 くずもち	
22	水	強化あわごはん 納豆みそ 煮付け カリカリ胡瓜 ワカメスープ 果物	納豆 三枚肉 生揚げ 牛乳	米 あわ 砂糖 油 じゃが芋 ごま	しょうが ねぎ だいこん にんじん きゅうり わかめ りんご	保育乳 ハッシュポテト	
23	木	マーボー豆腐丼 パンサンサー えのきスープ 果物	豆腐 豚ひき肉 油揚げ ハム 牛乳	米 油 片栗粉 砂糖 春雨 ごま パン	たまねぎ にんじん にら にんにく しょうが もやし きゅうり えのき ねぎ オレンジ	保育乳 ジャムサンド	
24	金	（お誕生会）ふりかけごはん チキン照焼 ゆでブロッコリー ポテトサラダ 野菜スープ ヨーグルト	鶏肉 牛乳 ヨーグルト	米 押麦 油 ジャが芋 マヨネーズ ホットケーキ Mix 砂糖	にんにく しょうが ブロッコリー にんじん きゅうり キャベツ たまねぎ	保育乳 誕生ケーキ	
25	土	焼きうどん 胡瓜梅あえ ゆし豆腐 果物	豚肉 ゆし豆腐 さけ	うどん 油 米	にんじん キャベツ もやし ピーマン しいたけ きゅうり ねぎ パナナ	野菜ジュース 鮭おにぎり	
27	月	強化あわごはん チキンマーメレード 煮 ブロッコリーマヨネーズ炒め キャベツみそ汁 果物	鶏肉 ベーコン ツナ缶 牛乳	米 あわ 油 じゃが芋 マヨネー ズ 小麦粉	マーメレード ブロッコリー にんじん キャベツ えのき ねぎ もずく りんご	保育乳 もずくのヒラヤーチー	
28	火	（こいのぼりランチ）カレーピラフ きびなごから揚げ 白菜ツナサラダ チンゲン菜スープ 果物	鶏肉 きびなご ツナ缶 牛乳	米 油 片栗粉 マヨネーズ ごま ふ 砂糖 小麦粉	にんじん たまねぎ ピーマン はくさい チンゲンサイ パナナ	保育乳 プアマンケーキ	
29	水	昭和の日（休園）					
30	木	中華丼 ブロッコリーじゃこ和え 豆腐とワカメのみそ汁 果物	豚肉 しらす 豆腐 きな粉 牛乳	米 片栗粉 ごま 砂糖 パン 油	はくさい にんじん たまねぎ チンゲンサイ ブロッコリー わかめ ねぎ オレンジ	保育乳 揚げパン	

☆献立は材料、その他の都合により変更することがあります。

☆アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施しています。

回食	1回食（午前）			軽食（午後）	
月齢	初期（5・6ヶ月頃）	中期（7・8ヶ月頃）	後期（9・10・11ヶ月頃）	中期（7・8ヶ月頃）	後期（9・10・11ヶ月頃）
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）	舌でつぶせる固さ 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倍がゆ ポテトペースト すまし汁	全がゆ チキンキャベツつぶし煮 人参ポテトつぶし煮 玉葱スープ	軟飯 チキンキャベツきざみ煮 手づかみ人参ポテト煮 玉葱スープ	キャベツおじや	キャベツおじや
水	（主な材料）米 じゃが芋 鶏肉 キャベツ 人参 玉葱			（主な材料）米 キャベツ	
2	10倍がゆ 大根すり流し すまし汁	全がゆ 白身魚煮 人参キャベツつぶし煮 大根スープ	軟飯 チキン野菜煮 人参キャベツ煮 大根みそ汁	大根おじや	大根おじや
木	（主な材料）米 白身魚 人参 キャベツ 大根			（主な材料）米 大根	
3	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	煮込みスパゲティー 人参ブロッコリーつぶし煮 豆腐スープ	煮込みスパゲティー 手づかみ人参ブロッコリー煮 豆腐スープ	人参おじや	人参おじや
金	（主な材料）スパゲティー 鶏ひき肉 豆腐 玉葱 トマト 人参 ブロッコリー			（主な材料）米 人参	
4	10倍がゆ じゃがいもペースト すまし汁	全がゆ チキン野菜つぶし煮 じゃがいもつぶし煮 豆腐スープ	全がゆ チキン野菜煮 手づかみじゃがいも 豆腐みそ汁	たまねぎおじや	たまねぎおじや
土	（主な材料）米 鶏肉 豆腐 人参 たまねぎ じゃがいも			（主な材料）米 たまねぎ	
6	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全がゆ チキン野菜つぶし煮 胡瓜おろし煮 ほうれん草スープ	軟飯 チキン野菜煮 胡瓜ステック ほうれん草スープ	ほうれん草おじや	ほうれん草おじや
月	（主な材料）米 鶏肉 豆腐 人参 玉葱 キャベツ 胡瓜 ほうれん草			（主な材料）米 ほうれん草	
7	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全がゆ 白身魚煮 人参ブロッコリーつぶし煮 白菜スープ	軟飯 チキン小松菜煮 手づかみ人参ブロッコリー煮 白菜みそ汁	白菜おじや	白菜おじや
火	（主な材料）米 白身魚 人参 ブロッコリー 白菜			（主な材料）米 白菜	
8	10倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁	煮込みうどん チキン小松菜つぶし煮 かぼちゃつぶし煮 すまし汁	煮込み野菜うどん チキン小松菜きざみ煮 手づかみかぼちゃ煮 すまし汁	小松菜おじや	小松菜おじや
水	（主な材料）うどん 鶏肉 小松菜 かぼちゃ			（主な材料）米 小松菜	
9	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全がゆ 白身魚煮 人参キャベツつぶし煮 豆腐スープ	軟飯 白身魚煮 人参キャベツ煮 豆腐みそ汁	芋おじや	芋おじや
木	（主な材料）米 白身魚 豆腐 人参 キャベツ			（主な材料）米 さつまいも	
10	10倍がゆ ポテトペースト すまし汁	全がゆ 煮込み豆腐ハンバーグ 人参ブロッコリーつぶし煮 じゃが芋スープ	軟飯 煮込み豆腐ハンバーグ 手づかみ人参ブロッコリー煮 じゃが芋みそ汁	玉葱おじや	玉葱おじや
金	（主な材料）米 じゃが芋 豆腐 鶏ひき肉 人参 ブロッコリー			（主な材料）米 玉葱	
11	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全がゆ チキン野菜つぶし煮 白菜つぶし煮 豆腐スープ	全がゆ チキン野菜煮 白菜きざみ煮 豆腐スープ	白菜おじや	白菜おじや
土	（主な材料）米 豆腐 鶏肉 人参 玉葱 白菜			（主な材料）米 白菜	
13	10倍がゆ 大根すり流し すまし汁	全がゆ チキン小松菜つぶし煮 人参大根つぶし煮 そうめん汁	軟飯 チキン小松菜きざみ煮 手づかみ人参大根煮 そうめん汁	大根おじや 小松菜スープ	大根おじや 小松菜スープ 手づかみブロッコリー煮
月	（主な材料）米 そうめん 鶏肉 小松菜 人参 大根			（主な材料）米 大根 小松菜	
14	お弁当会			パンがゆ キャベツスープ	食パンステック キャベツスープ 胡瓜ステック
火				（主な材料）パン キャベツ	
15	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全がゆ 白身魚煮 野菜つぶし煮 ゆし豆腐	軟飯 白身魚煮 野菜煮 ゆし豆腐	芋おじや 白菜スープ	芋おじや 白菜スープ 人参ステック
水	（主な材料）米 白身魚 ゆし豆腐 人参 玉葱 白菜 チンゲン菜			（主な材料）米 さつまいも 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。

2026年 令和 8年

4月

離乳食献立表②

回食	1 回 食（午前）			軽 食（午後）	
月齢	初期（5・6ヶ月頃）	中期（7・8ヶ月頃）	後期（9・10・11ヶ月頃）	中期（7・8ヶ月頃）	後期（9・10・11ヶ月頃）
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）	舌でつぶせる固さ 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）
16	10倍がゆ ほうれん草ペースト すまし汁	パンがゆ チキンほうれん草つぶし煮 人参ポテトつぶし煮 ブロッコリースープ	食パンステック チキンほうれん草煮 手づかみ人参ポテト煮 ブロッコリースープ	しらすおじや ほうれん草スープ	しらすおじや ほうれん草スープ 手づかみブロッコリー煮
木	(主な材料) パン ジャが芋 鶏肉 ほうれん草 人参 ブロッコリー			(主な材料) 米 しらす ほうれん草	
17	10倍がゆ 大根すり流し すまし汁	全がゆ 白身魚煮 人参大根つぶし煮 玉葱スープ	軟飯 白身魚煮 手づかみ人参大根煮 玉葱みそ汁	玉葱おじや 人参スープ	玉葱おじや 人参スープ 胡瓜ステック
金	(主な材料) 米 白身魚 人参 大根 玉葱			(主な材料) 米 玉葱 人参	
18	10倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁	煮込み野菜うどん チキンかぼちゃつぶし煮 すまし汁	煮込み野菜うどん チキンかぼちゃ煮 すまし汁	かぼちゃおじや	かぼちゃおじや
土	(主な材料) うどん 鶏肉 人参 玉葱 キャベツ かぼちゃ			(主な材料) 米 かぼちゃ	
20	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全がゆ チキン野菜つぶし煮 胡瓜おろし煮 白菜スープ	軟飯 チキン野菜煮 胡瓜ステック 白菜スープ	白菜おじや 玉葱スープ	白菜おじや 玉葱スープ 人参ステック
月	(主な材料) 米 鶏肉 人参 玉葱 胡瓜 白菜			(主な材料) 米 白菜 玉葱	
21	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全がゆ 白身魚煮 人参キャベツつぶし煮 豆腐大根スープ	軟飯 白身魚煮 人参キャベツ煮 豆腐大根みそ汁	煮込み野菜うどん すまし汁	煮込み野菜うどん すまし汁
火	(主な材料) 米 白身魚 豆腐 人参 キャベツ 大根			(主な材料) うどん 人参 キャベツ	
22	10倍がゆ 大根すり流し すまし汁	全がゆ チキン胡瓜おろし煮 人参大根つぶし煮 チンゲン菜スープ	軟飯 チキン胡瓜きざみ煮 手づかみ人参大根煮 チンゲン菜スープ	チンゲン菜おじや 大根スープ	チンゲン菜おじや 大根スープ 手づかみポテト煮
水	(主な材料) 米 鶏肉 胡瓜 人参 大根 チンゲン菜			(主な材料) 米 チンゲン菜 大根	
23	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全がゆ 豆腐野菜つぶし煮 胡瓜おろし煮 すまし汁	軟飯 豆腐野菜煮 胡瓜ステック すまし汁	パンがゆ 玉葱スープ	食パンステック 玉葱スープ 人参ステック
木	(主な材料) 米 豆腐 人参 玉葱 胡瓜			(主な材料) パン 玉葱	
24	10倍がゆ ポテトペースト すまし汁	全がゆ チキンポテトつぶし煮 人参ブロッコリーつぶし煮 キャベツスープ	軟飯 チキンポテト煮 手づかみ人参ブロッコリー煮 キャベツスープ	キャベツおじや 人参スープ	キャベツおじや 人参スープ 胡瓜ステック
金	(主な材料) 米 ジャが芋 鶏肉 人参 ブロッコリー キャベツ			(主な材料) 米 キャベツ 人参	
25	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	煮込み野菜うどん 胡瓜おろし煮 ゆし豆腐	煮込み野菜うどん 胡瓜ステック ゆし豆腐	人参おじや	人参おじや
土	(主な材料) うどん ゆし豆腐 人参 キャベツ 胡瓜			(主な材料) 米 人参	
27	10倍がゆ ポテトペースト すまし汁	全がゆ チキンポテトつぶし煮 人参ブロッコリーつぶし煮 キャベツスープ	軟飯 チキンポテト煮 手づかみ人参ブロッコリー煮 キャベツみそ汁	キャベツおじや ブロッコリースープ	キャベツおじや ブロッコリースープ 手づかみポテト煮
月	(主な材料) 米 ジャが芋 鶏肉 人参 ブロッコリー キャベツ			(主な材料) 米 キャベツ ブロッコリー	
28	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	人参おじや 白身魚煮 白菜玉葱つぶし煮 チンゲン菜スープ	人参おじや 白身魚煮 白菜玉葱煮 チンゲン菜スープ	チンゲン菜おじや 白菜スープ	チンゲン菜おじや 白菜スープ 人参ステック
火	(主な材料) 米 白身魚 人参 白菜 玉葱 チンゲン菜			(主な材料) 米 チンゲン菜 白菜	
29	昭 和 の 日（休 園）				
水					
30	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全がゆ チキン白菜つぶし煮 人参ブロッコリーつぶし煮 豆腐スープ	軟飯 チキン白菜煮 手づかみ人参ブロッコリー煮 豆腐みそ汁	パンがゆ 白菜スープ	食パンステック 白菜スープ 胡瓜ステック
木	(主な材料) 米 鶏肉 豆腐 白菜 人参 ブロッコリー			(主な材料) パン 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。