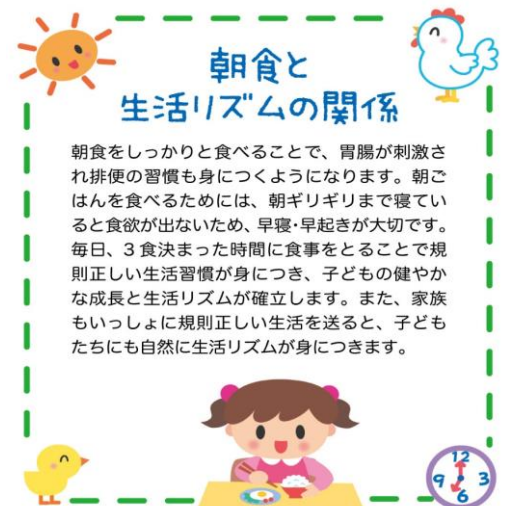
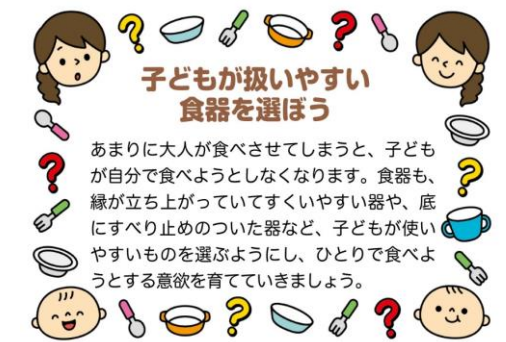




運動会やサツマイモ掘りなど、秋は子どもたちが楽しみにしている行事が盛りだくさんです。行事を体験することで、子どもの成長を感じられることも多いと思います。それらの行事を楽しむためにも、早寝・早起き・朝ごはんを心がけ、毎日の生活リズムを整えましょう。



朝食をしっかりと食べることで、胃腸が刺激され排便の習慣も身につくようになります。朝ごはんを食べるためには、朝ギリギリまで寝ていると食欲が出ないため、早寝・早起きが大切です。毎日、3食決まった時間に食事をとることで規則正しい生活習慣が身につく、子どもの健やかな成長と生活リズムが確立します。また、家族もいっしょに規則正しい生活を送ると、子どもたちにも自然に生活リズムが身につきます。



あまりに大人が食べさせてしまうと、子どもが自分で食べようとしなくなります。食器も、縁が立ち上がっていてすくいやすい器や、底にすべり止めのついた器など、子どもが使いやすいものを選ぶようにし、ひとりで食べようとする意欲を育てていきたいと思います。

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
おしぼりは乾いた状態で準備をしてください。黒すみ・黄ばみなど汚れが目立つものは新しいおしぼりに替えてください。 離乳食完了まではおやつや給食の際に麦茶で水分補給をします。離乳食の進行状況により個別に主食やしよする食材・調理方法がかわります。連絡帳などで詳しく連絡があります。 物流や納品などの状況により献立の内容が変更になる場合があります。ご了承ください。			1 あじのつけ焼き こまつな 小松菜の和え物 ひじきの煮物 くだもの みそ汁 あか 赤ちゃんお菓子	2 鶏肉みそマヨつくね焼き もやしのナムル和え きりぼしだいこん 切干大根と厚揚げの煮物 くだもの スープ あか キウイフルーツ	3 ハンバーグ さつまいもの甘煮 ほうれん草の和え物 くだもの すまし汁 あか 赤ちゃんお菓子
5 いわしの煮つけ ブロッコリーの和え物 じゃがいものソテー くだもの みそ汁 あか 赤ちゃんお菓子	6 さばのつけ焼き 白菜の和え物 大根のそぼろ煮 くだもの スープ あか ラスク	7 鶏肉のうま煮 ゆでブロッコリー トマト くだもの さつまいも入り豚汁 あか 食パンスティック	8 鶏のスティック煮(骨取り) もやしのあえもの ポテトオープン焼き くだもの 野菜スープ あか 赤ちゃんお菓子	9 肉たまうどん かぼちゃの煮物 ほうれん草の和え物 くだもの あか 赤ちゃんお菓子	10
12 スポーツの日 あか 赤ちゃんお菓子	13 ひき肉と野菜の煮物 煮魚 ゆで大根のサラダ くだもの みそ汁 あか 赤ちゃんお菓子	14 さけのつけ焼き ブロッコリーの和え物 おでん風煮 くだもの みそ汁 あか コーンフレーク	15 豚肉の卵とじ カリフラワーの和え物 くだもの みそ汁 あか バナナ	16 ひき肉と野菜の煮物 ゆでブロッコリー じゃがいものソテー くだもの スープ あか 赤ちゃんお菓子	17 煮魚 きりぼしだいこん 切干大根の煮物 ほうれん草のソテー くだもの すまし汁 あか 赤ちゃんお菓子
19 煮魚 ブロッコリーの炒め物 かぼちゃのサラダ くだもの みそ汁 あか 赤ちゃんお菓子	20 野菜メンチカツオープン焼き ゆでブロッコリー にんじんしりしり くだもの すまし汁 あか バナナ	21 さばのみそ焼き 白菜の和え物 ピーマンソテー くだもの スープ あか 赤ちゃんお菓子	22 鶏肉とキャベツの炒め物 野菜とツナの和え物 くだもの すまし汁 あか 食パンスティック	23 ぶりのつけ焼き ほうれん草の和え物 もやしのひき肉炒め くだもの みそ汁 あか 赤ちゃんお菓子	24 クロックのオープン焼き 昆布のきんぴら ブロッコリーの和え物 くだもの スープ あか 赤ちゃんお菓子
26 煮魚 ゆで刻み野菜 豚肉のきんぴら くだもの みそ汁 あか 赤ちゃんお菓子	27 豆腐とひき肉の中華煮 春雨サラダ くだもの スープ あか 赤ちゃんお菓子	28 ホッケのつけ焼き ゆでブロッコリー 野菜の中華風炒め くだもの スープ あか 赤ちゃんお菓子	29 しょうゆラーメン 肉団子の煮物 ゆで野菜の和え物 くだもの あか 赤ちゃんお菓子	30 たらものつけ焼き かぼちゃの煮物 厚揚げのそぼろ煮 くだもの みそ汁 あか 食パンスティック	31 白身魚フライオープン焼き ほうれん草の和え物 ピーマンのきんぴら くだもの みそ汁 あか 赤ちゃんお菓子
あか 蒸しパン	あか 赤ちゃんお菓子	あか 赤ちゃんお菓子	あか 赤ちゃんお菓子	あか 食パンスティック	あか 赤ちゃんお菓子