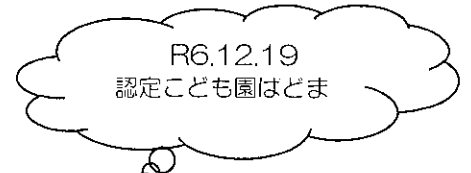




えんだよい

今月の目標



冬の自然に触れてあそびましょう
昔ながらのお正月の行事や遊びを楽しみましょう

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	1/1	2	3	4
	冬休み ~1/7		元日			特保
5	6	7	8	9	10	11
冬休み ~1/7	特保		始業式	おもちつき 餅花作り きんもくせい	えいごで あそぼ!! (年長) 役員会	希望保育 園内研修
12	13	14	15	16	17	18
	成人の日	山雅サッカースクール	誕生会 郡保育研究委員会 (入谷出張) 園長協議会	避難訓練	園便り えいごであそぼ! (年中・2歳児) キャリアアップ研修 (保護者・市沢・新井)	
19	20	21	22	23	24	25
	獅子舞鑑賞 「わたちゃんの獅子舞 がやってくる」	年長発育測定 山雅サッカースクール	山雅運動教室 (年少・年長) 年中発育測定	卒園・修了写真 きんもくせい	えいごで あそぼ!! (年少) 一日入園 布団持ち帰り	
26	27	28	29	30	31	2/1
	年少発育測定	未満児発育測定 (りんご・みかん) 中塚先生来園	おはなしくらぶ 未満児発育測定 (いちご・ぶどう)		えいごで あそぼ!! (年長)	



おしらせとおねがい



※ 12月26日より冬休みに入ります。休み中は、事故や怪我の無いように過ごしましょう。
何かありましたら、コドモンにてお知らせいただくか、
ばどま 0265-35-6771
園長自宅 0265-35-2822 (光専寺) へ連絡をお願いします。



※ 年賀状について…例年、日本の年始の文化として園でも担任よりお子様に出していましたが、今年度はがきの値上げもあり、始業式の日には新年のあいさつのカードとしてお子様にお配りすることとします。ご承知おきください。



にじぐみだより

R6.12.19



朝晩の冷え込みが厳しくなり、本格的な冬がやって来たことを感じます。お友達は、「さむーい!!」と言いつつも、お外で遊びたくて仕方のない様子で、元気いっぱい体を動かして楽しんでいます。

最近、対戦形式のドッジボールに挑戦し、楽しんでいます。段々とチームの連携も上手になってきて、投げる、キャッチする、避ける... それぞれ得意な動きで力を発揮しています! 園生活も残り少なくなってきましたが、色々なお友達との遊びを楽しみながら、素敵な思い出を作ってくれたら...と思います。

発表会を終えて

7日(土)に行われた、なかよし発表会。当日は、全員揃って参加ができたことを嬉しく思います。お忙しい中足を運んでいただき、また沢山のご感想をいただきありがとうございます。劇は、登場人物の気持ちをみんなで考え、「言葉がなくてもお客さんに伝える動き」を深めてきました。一人ひとりが楽しみながら、役を自分のものにしたがら取り組んでくれる姿が印象的でした。発表会が終わってからも劇あそびは盛り上がり、ゆめさんの「おしゃべりなたまごせき」の劇を楽しむ時間も作りました! うた・合奏は、コツコツと練習を積み重ね、当日は今まで一番上手な発表を見てもらうことができ私達も嬉しかったです。お家でも頑張して頂き、温かく見守っていただきありがとうございました。



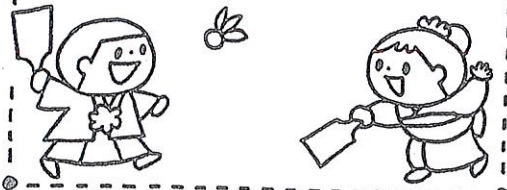
もうすぐ、みんなが楽しみにしているクリスマス!

天井飾りのケーキを作ったり、まっぼ、くりの飾りを作ったりし、わくわくの気持ちも大きくふくらんでいるようです。クラスでサンタさんにお手紙を書きましたが、「サンタさんって日本語わかるのかな...」なんていう年長さんらしいやりとりも。20日のクリスマス会で、特別な一日を存分に楽しめたら、と思います!

<文責: 池田>

12月の もくひょう

- ・ 冬のあそびを楽しみましょう!
- ・ 戸外でたくさん体を動かして遊みましょう!



12月生まれのお友達





そらぐみだよ!

R6.12.19



日に日に寒さが厳しくなり、本格的な冬の訪れを感じるようになりました。お友達は寒さに負けず、元気に外で遊んでいます。

さて、今年もあ、というまに最後の月にいたしました。2学期は大きな行事もあり、そら組のみんなが力を合わせてひとつのことに取り組む経験がたくさんできました。行事のたびに集団としての絆が深まり、それぞれのペースでたくましく成長してくれたことを嬉しく思います。年が明けたら、いよいよまとめの3学期。楽しい思い出をたくさん作りながら、年長への期待を胸にまかせて過ごしていけたらと思います。

1月もひょう

- 户外で身体を十分に動かして遊びましょう。
- お正月の遊びを楽しみましょう。



ありがとうございました!

先日はなかよし発表会にお越しいただき

ありがとうございます。楽しみでいつもより笑顔が多かったり、「緊張する〜」と少し不安げな表情を見せたりと様子は様々でしたが、どのお友達もお家の人に見てもらおうと張り切っていました。うみやまが、せん、の勝負の行方は、たにさんにま、て引き分けとなりました。糸を切られて転がる場所は、お友達から自然に出た表現で、毎回あのシーンを楽しみに劇あそびをしていました。リトミックでの入場や心をひとつに演奏したウンパッパ。そら組らしい歌声を披露できてきみイロ。お家の方々の温かい応援のおかげで、最後まで元気にやり遂げることができました。本当にありがとうございます。

12月生まれの☆ おともだち ☆

「仮面ライダーがせになりたい!」

さん 「アイス屋さんになりたい!」

さん 「コーシー屋さんになりたい!」

おめでとう! ありがとうございます!

おにごっこ

外に出ると、おもしろ「寒〜い!」と言ってしまいますが、お友達はそんな寒さを吹き飛ばすくらい鬼ごっこに夢中です。しっぽりからバナナ鬼ごっこ、最近はおにごっこもお気に入り。とにかく走ります!

明日はクリスマス

明日は待ちに待ったクリスマス会です。染め紙やハサミを使って素敵なリースを作り、玄関に飾るとお友達の心はもうクリスマス一色!! サンタさんにお手紙を出し、会えるのを楽しみにしています。クリスマスプレゼント、忘れずにね〜! (文責: 菅)





ほしぐみだより

R6.12.19

寒い日が続いていますが、吐く息の白さに喜びながら元気に遊んでいるお友達。寒くてもお友達は、「お外に行く?」「遊具で遊びたい!」と戸外あそびを楽しみにしています。前庭や園庭に行くと、年中さんや年長さんのお兄さん、お姉さんもいて、お話をしたり、一緒に鬼ごっこをしたりと、学年の壁を越えての関わりが見られています。

なかよし発表会

ありがとう

ございました! //



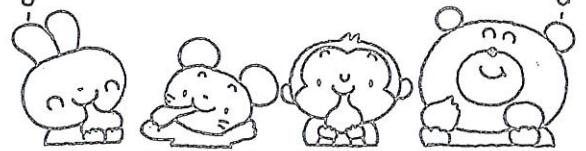
先日は、お忙しい中お越し下さり、ありがとうございました。劇あそびが始まった時から、「どうぞ食べて下さい。」「〇〇さん、さよなら!」等のやりとりをお友達同士でできてしまう位、楽しみながら取り組んでいた劇。当日は、「カッコイイところを見てもらいたい!」と年少さんながらに、当日を迎えることを楽しみにしていました。

本番は、大勢の方々が見ている中でも、いつもと同じようにセリフを言ったり、動物になって登場したりする姿を見て頂くことができ、良かったです。月曜日は、「上手だったよって言ってた!」等、ほめてもらったことが嬉しかったようで、お家の人にほめてもらったお話をにこにこしながら教えてくれました。

連絡帳では、沢山の感想をありがとうございました。

1がっのもくひょう

- 冬の遊びを楽しみましょう。
- 挨拶をきちんとしましょう。



おたんじょうび おめでとう!

先日、お忙しい中お越し下さり、ありがとうございました。劇あそびが始まった時から、「どうぞ食べて下さい。」「〇〇さん、さよなら!」等のやりとりをお友達同士でできてしまう位、楽しみながら取り組んでいた劇。当日は、「カッコイイところを見てもらいたい!」と年少さんながらに、当日を迎えることを楽しみにしていました。

本番は、大勢の方々が見ている中でも、いつもと同じようにセリフを言ったり、動物になって登場したりする姿を見て頂くことができ、良かったです。月曜日は、「上手だったよって言ってた!」等、ほめてもらったことが嬉しかったようで、お家の人にほめてもらったお話をにこにこしながら教えてくれました。

連絡帳では、沢山の感想をありがとうございました。

さん

「ケーキ屋さんになりたいな!」

さん

「仮面ライダーになりたいな!」

さん

「ケーキ屋さんになりたいな!」

くん

「サッカー選手になりたいな!」



● 晴れた日には、戸外での活動も行います。ジャンパーを登園時に着てくるか、持ってきて頂けると、風がある日でも寒がらずに楽しめます。ご用意をお願いします。

<文責:入谷>



つきぐみだより

R6.

12.19

寒さが身に染みる季節になりました。登園すると元気よく「おはよう」と挨拶をする姿が増え始め、嬉しく感じます。寒い中、お友達と外で遊ぶことを知ると、上着を大急ぎで着て、お外にめがけて走っていきます。戸外に出ると全力でかけ回る姿は、とてもかわいらしいです。

さて、今年も残りわずかになりました。風邪をひかずに元気に過ごしたいです。



先日は、なかよし発表会に足を運んで頂きありがとうございました。手あそびから始まった「三ひきのこぶた」。当日は、恥づかしさや緊張を抱きながらも子豚とオオカミになりきって可愛いらしいポーズをしたり、お家を作ったりそれ以外ができた表現をしている姿に成長を感じるとともに嬉しさもあります。「こぎつね」では、お友達と手つなぎをつくり歌をうたい、初めて挑戦する楽器も「できたー」と教えてくれる可愛いらしい姿もありました。お友達の1つ大きくなった姿を見て頂けたのではないかと思います。来年が楽しみです。

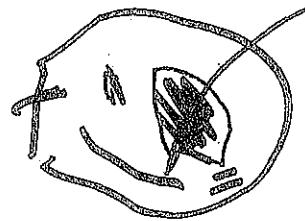


晴れた日には、戸外での活動も行います。ジャンパーを登園時にきてくるか持ってきて頂ける風や寒さがある日も楽しめますので、お願いします。

1がつのもくわう

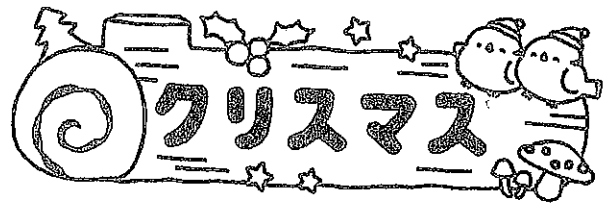


12月までのあとまで



「さん」

「ぶりきゅあに なりたいな」



もうすぐと... 待ちに待ったクリスマス会があります。お友達からは、「サンタさんをお願いした」と話をしてくれる姿も。また、廊下にはりボンや丸を使い一人一人が作ったクリスマスツリーがあり、みんなでクリスマスに向けて気持ちを高めようとしています。なんと、その日の給食は、スペシャルメニューです!! 何かあるのかお楽しみにして下さいね。

<文責: 飯島 >



りんごぐみだより

R6.12.19

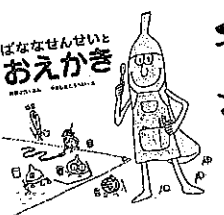
日に日に寒さが厳しくなり、本格的な冬の訪れを感じるようになりました。戸外へ行くと霜を発見！「うわあ！こおりだ!!」と手を伸ばし、冷たさにびっくりしながらも何度も舐めてみてにっこりするお友だちでした。冬ならではの体験を、大事にしていきたいです！

最近、朝と帰りのお支度、食事の後に口を拭く、洋服の着脱など...一人でやってみようと思える姿が見られるようになりました。手伝ってあげたい長時間をぐうとこらえ、見守ってもらう瞬間も作って頂けたらと思います。

今年も残すところあとわずか...体調管理に気を付けながら、元気に過ごしていきたいですね。

てをつなごう

なかよし発表会で年長さんが歌った「てをつなごう」が大好きなお友だち。年長さんの歌声を聴きながら「てをつなごう〜♪」と一緒に歌っていてとてもかわいらしいです。お部屋でも曲を流すと、口ずさんでいて先生やお友だちと手を繋いで楽しんでいきます。休日遊戯室へ行き、年長さんと手を繋いで大きな輪になり大合唱!!お兄さん、お姉さんの横でにっこりしている姿はほほえましく、心温まる時間になりました。



文：得田 文久
絵：やまはら じゅん
出版社：童心社

しずななせんせいとおえかき

お友だちの大好きな絵本です！「タクロース」を歌ったりして、「サンタさんくるかな」と登場する野菜たちの名前を覚え、ずうと楽しみにしています。明日はクリスマス会です。特別な一日を過ごします。たくさんわくわくを感じながら、楽しんでもらえたらと思います！



1月のあそび

- ・お正月のあそびを楽しみましょう
- ・戸外でたくさん遊びましょう

おはしはじめました

お箸を見ると「〇〇ちゃんちにもお箸あるよ!」「もうずうとお箸使うの!?や、たー!」と興味津々でした。「使はみ?〜」とお箸でつかめた所を見てもらいニコニコ!! 疲れてくるとフォークにしてみたりと順番に使っていて、難しくても何度もお箸に挑戦しようとする子どもたちです。頑張る姿をたくさん褒めながら、見守ってきたいと思います。

もうすぐクリスマス

まーるいサンタさんを作ったり、「あわてんぼうのサンタクロース」を歌ったりして、「サンタさんくるかな」とずうと楽しみにしています。明日はクリスマス会です。特別な一日を過ごします。たくさんわくわくを感じながら、楽しんでもらえたらと思います!

<文責：松本>



みかんぐみだより



R6. 12. 19

あゝという間に時は過ぎ、今年も残りわずかとなりました。寒い季節ですが、お友だちは上着を着てお外で遊ぶことが大好き!! 自分で着ようと頑張ってみたり、「先生せ、てー」とボタンセチャックをしてもらい満足そうです。中には自分でチャックを上げてみようチャレンジすること。自分でせ、てみようとする姿を大切に見守、ていきたいですね。

1がっのもくびょう

お正月のあそびを

楽しみましょう

戸外でたくさん

あそびましょう



おいかけ、セボールあそびが大好き😊大きくなったらアンパンマンになりたいな。

★
音楽が流れるとニコニコで踊るよ♪大きくな、たらカレーパンマンになりたいな。



スライムであそんだよ

ぷるぷるしたぐんぐんのような透明のスライムであそびました。とっ、てもよく伸びるので、「へびさん!」「あいすつくった」と大喜びで伸ばしたり丸めたりちぎ、たりと感触を楽しんでいました。手がぐたぐたにならぬいのでお家あそびにオススメです♪「またスライムやりたい!」と大喜びでした!

てもったごう

先日のなかよし発表会で年長さんがうたった「てもったごう」の歌をクラスで流すと自然と手をつなぎはじめ、大きな一つの円になりました! お友だちのお顔もニコニコ😊先日、遊戯室で年長さんと一緒に手をつないでうたいました。お兄さんお姉さんの優しさ緊張するけど嬉しいお友だちでした。



「さんたさんのうた、うたいたい!」と毎日、「あわてんぼうのサンタクロース」をうたったり楽器を鳴らしたりして楽しんでいます。明日はクリスマス会! サンタさんに会えることを楽しみにしています。特別な一日となりますように...



いちごぐみだよ

R6.12.19

寒さも少しずつ厳しくなり、本格的な冬の訪れを感じるこの頃。クリスマスの飾りでにぎやかな園内は、あたたかな笑顔で溢れています。未満児ホールにはケーキを、お部屋にはブーツを、シール貼りをして飾りました。横一列に並べたり、一か所にまとめたリ、色々な場所に貼ってみたりと、個性豊かな可愛い作品の完成です。朝や帰りの時間に覗いてみてくださいね！(๑)

1がつのもくひょう

* お正月の行事や

冬のおそびを
楽しませよう



鈴であそんだよ

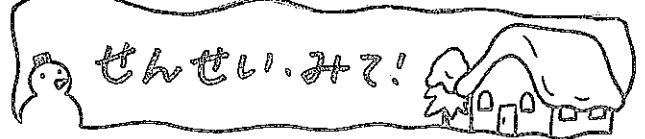
歌に合わせて体を動かしたり、口ずさんだりするの大好きなお友達。せっかくなので、鈴を出してみました。鈴を見ると、「わー！ちょうだい！」と興味津々。大合奏の始まりです。特に盛り上がる歌は、「おもちゃのチャチャチャ」
「チャチャチャ」の部分に合わせて音を鳴らす姿が、とっても楽しそうです。

トイレに行っています！

「トイレに行くよ〜！」と呼びかけると、嬉しそうに来てくれるお友達。今では全員トイレに座っています。はじめは、座ることに慣れられるよう、10まで数えておしまいにしていたので、座ると自然と数えるようになります。徐々にトイレで排泄ができることも増え、できた時の嬉しそうな顔に、こちらまで嬉しくなります。これからも無理なく続けていきたいです。

おおかみさん

最近、未満児全体で楽しんでいるこの歌。
「もりのこみちさんぽにいこう
おおかみなんがこわくないよ おおかみさん」と、呼びかけると「いま〇〇してるところだよ」と返事が。準備ができるとおおかみが来て食べられてしまうので、大慌てで逃げる姿がとっても可愛いです。みんなが逃げる中、おおかみの元へ行く姿も...!?



気温が一気に下がり、霜がおりたり氷がはっていたりするようになりました。園でも、すべり台が白くなっているので、集めてお友達に見せると「ゆきだ!」「つめたいよ」など、とっても嬉しそうに見せてくれます。大人は冷たくて触っていただけませんが、そんなのへっちゃん、溶けてなくなるまで、大事に大事に持って眺めている日々です。

<文責:遠山>



ぶどうぐみだよ!



R6.12.19.

12月に入り、日に日に寒さも増し、



朝夕冷たい風が身にしみる季節となりました。大人は
ついつい「寒〜い!」と身を縮めてしましますが、
お友達と、とても元気!「外に行って遊ぶよー!」と声を
掛けると、上着を着て寒さなんか気にせず、嬉しそうに遊ん
でいます。それでも、やはりまだまだ小さなお友達。
鼻水や咳が出ることもあり、体調を崩しやすい季節となり
ました。集団生活をしていると、良くなってきたと思っ
ても再び悪化してしまうこともあります。外から帰ってきた
ら手洗いをするなど、体調管理には十分気をつけていきな
いでね。

今年も残すところあとわずか…。元気に新年を迎えましょう!

1がっのもくひゅう



冬のあそびや
お正月の行事を
楽しみましょう!!



クリスマス



クリスマスが近くなり、お部屋にもサンタさんの
壁面を飾ると「サンタさん!」とにこにこしながら見て
います。先日は、赤いブーツに大好きなシールを貼り、
一人ひとりステキなブーツを作りました。給食の前には
クリスマスにあひんぐ絵本を見て、「サンタさん来てく
れるかなあ!」と楽しみにしています。

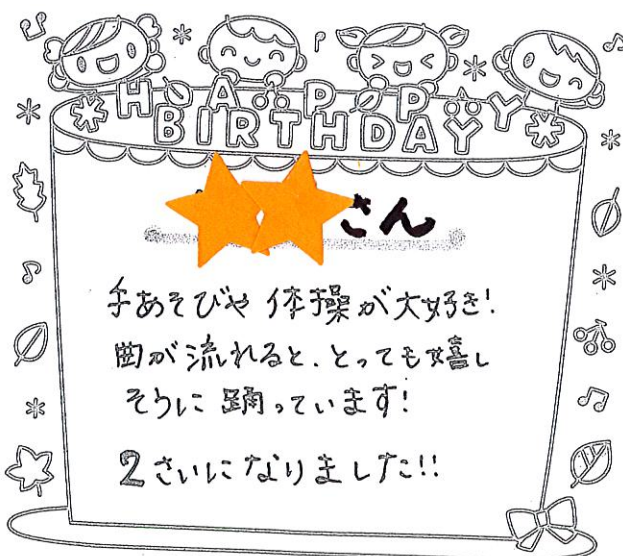
「いち・にい・サンタ」

サンタさんがプレゼントを届ける前に、体操をして
から出掛けていくこの絵本。しかけ絵本になっているの
で喜んで見えています。

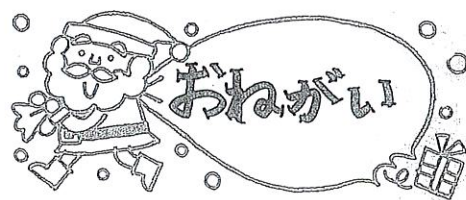


作: ひらぎみえ

出版元社: (ほるぷ出版)



★さん
手あそびや 体操が大好き!
曲が流れると、とっても喜
そうに踊っています!
2さいになりました!!



★ 寒くなり、上着を着てくるようになり
ました。記名の確認をお願いします。

★ 冬休みに上履きを持ち帰ります。サイズの
確認をお願いします。

<文責: 宮島>





12月 給食だより

R6.12.19.

今年も残りわずかとなり、自走という名のとおり、時間が流れるのが早く感じられます。寒い中でもお友達は元気で嬉しいです。コロナやインフルエンザにかからないように、みんなで新年を迎えたいです。

さて、この時期ですが、お友達の頭の中は、クリスマスが浮かんでいると思います。あそびホールには、お友達のお願いが書かれた色とりどりのケーキが飾られていて、自分のを「これ、見て!」と教えてくれます。20日(金)にはクリスマス会でおいしいクリスマスランチやケーキを作りますので楽しみにしていて下さい。

21日(土)は冬至です。年長のお友達は、お家で調べてきてくれたお友達もいました。昔から冬至には、かぼちゃを食べると風邪をひかないと言われてきました。かぼちゃには、ビタミン類が豊富ですので、ぜひ、食卓に取り入れてみて下さい。(12月の献立にも何回か取り入れました。)

年末、年始、生活のリズムが崩れがちな時もあるかと思いますが、早寝、早起き、バランスの取れた食事、また、天気の良い日は外で遊ぶなど、寒さに負けない体を作りましょう。

野菜摂取量 350g

(350g中120gは緑黄色野菜...1/3量)

子ビモの目安量

1~2歳 180g 3~5歳 240g
6~7歳 270g 8歳以上は成人と同様350g

なごし発表会の際、メアスさん主催の野菜の摂取量のチェックに三山の保護者の皆さんがご参加下さいました。厚生労働省は「健康日本21」の中で健康増進のために「野菜を一日350g(生野菜の計量)以上摂ることを提唱しています。日本人は平均80g程度不足しているのが現状です。野菜に含まれるカリウム、食物繊維、抗酸化作用のあるビタミンA、C、Eなどの摂取は、疾患の発症のリスク低下させることが報告されており、350g以上摂取することで充足されると考えられています。現代人の野菜不足は、1日70g(小皿一皿)をイメージして摂取量を増やしていけたらいいですね。

1がっのもくひょう

食生活のリズムを崩さず、寒さに負けない体を作りましょう。



おせち料理

おせち料理とは季節の節目に当たる「節」の日を指す言葉で、神様に供える料理「お節供」が略されたものです。(はじめては、25日(水)にいくつか出します。

<松風焼き>

表面にけしの実(はじめてはごま)がパラパラとまぶしてあり、裏には何もなし。裏、表なく正直な生き方ができるように。

<きんとん>

きんとんを漢字にすると「金団」となり金運を呼ぶ。

<おなます>

紅白の配色が氷引に見える事からおめでたい。

<年取汁> 大晦日に食される。



縁起物の昆布。一年の汚れを出す 二んにゃく、野菜は未広ガリのイチヨウが半月にして人々の願いがこもっている。

(文責: 岡部)



1月 こんだてひょう

認定こども園 ぼたま

曜日	行事	未満児 おやつ	主食	おかず	使われている材料	おやつ	栄養価 ※未満児()	
							エネルギー 脂質	たんぱく質 食塩
1 水								
2 木								
3 金								
4 土								
5 日								
6 月	特別保育							
7 火	↓							
 冬休み 								
8 水	始業式	カップゼリー	七草入りご飯	鮭の塩焼き 野菜の煮物 そうめん汁	鮭、酒、塩 鶏挽肉、大根、蓮根、人参、昆布、醤油、砂糖 かつお節、玉葱、えのき、豆腐、わかめ、そうめん、他	干柿入りケーキ 牛乳	532 (400) 15.3 (9.5)	26.7 (16.7) 1.5 (1.1)
9 木	お餅つき	スナックパン 牛乳	おはぎ…きなこ・胡麻	ダイコンサラダ すまし汁	大根、人参、きゅうり、わかめ、コーン、他 かつお節、玉葱、豆腐、なると、えのき、他	コアコアぶどう 棒ビスケット	339 (371) 5.8 (9.0)	11 (13.5) 1.5 (1.4)
10 金	えいごであそぼ!	フルーチェ	ご飯	酢豚 なめこ汁 みかん	豚肉、じゃが芋、ピーマン、玉葱、竹の子、他 煮干し、小松菜、わかめ、なめこ、豆腐、他	クラッカーサンド 牛乳	586 (490) 19.8 (15.2)	21.3 (16.4) 1.5 (1.3)
11 土	園内研修		ご飯	三色ご飯 バナナ	鶏挽肉、卵、小松菜、醤油、砂糖、塩、他		329 (272) 6.8 (5.5)	11.4 (9.2) 0.6 (0.5)
12 日								
13 月	成人の日							
14 火		ビスケット 牛乳	コッペパン	スパニッシュオムレツ コーンキャベツ 五目スープ	卵、玉葱、鶏挽肉、スパゲッティ、他 キャベツ、コーン、酢、油、塩、胡椒 ベーコン、人参、じゃが芋、えのき、わかめ、他	こねつけ 麦茶	390 (399) 9.5 (12.0)	16.9 (17.3) 1.9 (1.6)
15 水	誕生会	マカロニ 安倍川	ご飯	ドライカレー 味噌ドレッシングサラダ ミニゼリー	豚挽肉、玉葱、人参、グリーンピース、レーズン、他 ハム、キャベツ、きゅうり、玉葱、人参、他	フレンチトースト 牛乳	602 (453) 21.1 (14.1)	23 (17.0) 1.5 (1.0)
16 木	避難訓練	ヨーグルト	食パン	チキンカツ レタス ワンタンスープ	鶏肉、卵、パン粉、油、塩、胡椒、ソース レタス、塩 玉葱、人参、もやし、油揚げ、胡麻、ワンタン、他	アップルボンチ (0-1歳児: UACMM)	380 (285) 7.2 (6.5)	18.3 (12.6) 1.8 (1.1)
17 金	園便り えいごであそぼ!	茹で芋	ご飯	おでん風煮 春雨サラダ バナナ	はんぺん、里芋、さつま揚げ、ごぼう巻き、他 春雨、みかん缶、マヨネーズ、ハム、きゅうり、他	米粉ホットケーキ (ブルーベリー) 牛乳	593 (484) 16.3 (10.8)	19.2 (13.9) 1.8 (1.4)
18 土			麺	醤油ラーメン オレンジ	中華麺、豚肉、人参、玉葱、コーン、他		154 (125) 1.2 (1.0)	8.7 (7.0) 1.1 (0.9)
19 日								
20 月		かぼちゃマンジュ	ご飯	豚肉の生姜焼き 付け合わせ にらと豆腐のかきたま汁	豚肉、生姜、にんにく、玉葱、醤油、他 キャベツ、きゅうり、塩 玉葱、にら、豆腐、卵、片栗粉、醤油、塩、他	りんごケーキ 牛乳	544 (427) 18.9 (13.1)	24.5 (18.4) 1.4 (1.0)
21 火		卵ボーロ 牛乳	クリームサンドパン	魚の変わり揚げ (0-1歳児: 煮つけ) コールスローサラダ わかめスープ	ホキ、卵、醤油、砂糖、カレー粉、片栗粉、他 キャベツ、人参、塩 玉葱、人参、竹の子、豆腐、わかめ、胡麻、他	チーズおかが 焼きおにぎり 麦茶	489 (382) 12.4 (11.2)	20.4 (15.8) 2 (1.4)
22 水	山雅運動教室	トーストパン	ご飯	切干大根とひじきの炒め煮 酢味噌和え (0-1歳児除去) バナナ	豚肉、ひじき、切干大根、油揚げ、西蒟、他 キャベツ、きゅうり、えのき、イカ、味噌、他	鮭のラスク 牛乳	551 (490) 19.2 (16.5)	20.6 (18.2) 1.5 (1.4)
23 木	卒園修了写真	リゾット	コッペパン	焼きそば コンビニーションサラダ 牛乳	中華麺、豚肉、玉葱、人参、ピーマン、他 レタス、キャベツ、きゅうり、コーン、わかめ、他	ファイバー ヨーグルト 棒ビスケット	503 (455) 16.5 (11.6)	20.1 (16.2) 1.9 (1.6)
24 金	一日入園 えいごであそぼ!	クラッカー サンド	ご飯	鶏の照り焼き 昆布和え 味噌汁	鶏肉、醤油、みりん、砂糖 白菜、きゅうり、塩昆布 煮干し、じゃが芋、小松菜、わかめ、豆腐、他	胡麻クッキー 牛乳	650 (475) 26.6 (16.9)	25.7 (15.9) 1.2 (0.9)
25 土			麺	にゅうめん カップゼリー	豚肉、人参、玉葱、しめじ、なると、醤油、他 かんでんばば		201 (160) 4.7 (3.8)	8 (6.4) 1.8 (1.5)
26 日								
27 月		蒸しパン	ご飯	筑前煮 フレンチサラダ バナナ	鶏肉、竹輪、れんこん、人参、干椎茸、ごぼう、他 キャベツ、きゅうり、みかん缶、油、酢、塩、他	マカロン 牛乳	945 (561) 23.5 (17.8)	20.1 (16.1) 1.4 (1.3)
28 火		煎餅 牛乳	コッペパン	レバーのケチャップ味 粉ふき芋 春雨スープ	豚レバー、生姜、ケチャップ、ソース、他 じゃが芋、パセリ、塩、胡椒 ほうれん草、人参、豆腐、葱、豆腐、ベーコン、他	ヨーグルトババロア	506 (488) 17 (18.6)	20 (19.5) 1.8 (1.6)
29 水		うどん	ご飯	鯖の韓国風煮つけ ゆかり和え 五目汁	鯖、りんご、玉葱、にんにく、生姜、砂糖、他 キャベツ、きゅうり、ゆかり かつお節、人参、玉葱、大根、えのき、他	スペシャルクッキー サンド 牛乳	513 (350) 18.4 (9.8)	22.2 (13.7) 1.1 (0.9)
30 木		おじや	苺ジャムサンドパン	豆腐のコーンクリームあんかけ 磯辺和え オレンジ	鶏挽肉、玉葱、人参、グリーンピース、豆腐、他 ほうれん草、もやし、白菜、もやし、チーズ、他	フライドポテト 麦茶	553 (445) 22.2 (17.2)	19.5 (15.1) 1.9 (1.5)
31 金	えいごであそぼ!	ヨーグルト	ご飯…ふりかけ	ちゃんぽんそば ごぼうサラダ りんご (0-1歳児: 加熱)	豚肉、かまぼこ、もやし、人参、玉葱、ニラ、他 ごぼう、キャベツ、きゅうり、マヨネーズ、他	おにまん 牛乳	615 (510) 18.7 (15.1)	20.6 (17.4) 1.7 (1.4)

	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂肪 (g)	カルシウム (mg)	食塩 (g)
以上児(基準量)	600	19~31	13~20	270	1.6
(摂取平均量)	529	20.6	16.9	266	1.6
未満児(基準量)	460	14~23	10~15	230	1.5
(摂取平均量)	439	16.7	13.2	220	1.3

* 都合により献立を変更する場合があります。