



えんだより

今月の目標

身体を十分に動かしましょう

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	9/1	2	3
	年長発育測定	プール納め		防災訓練 延長保育無し	おはなしくらぶ	希望保育
4	5	6	7	8	9	10
	誕生会			きんもくせい	えいごであそぼ! 年長	
11	12	13	14	15	16	17
		中塚先生来園	年中発育測定	年少発育測定 高森中地域応援隊 (中学生来園)	年長発育測定 えいごであそぼ! 年中	吉田神社秋祭り 南信州高森町音楽祭
18	19	20	21	22	23	24
	敬老の日	R5 入所説明会 Pm2:15-	園便り発行 未満児発育測定	きんもくせい	秋分の日 南北小運動会	
25	26	27	28	29	30	10/1
				運動会総練習		

おしらせとおねがい

※ 新型コロナウイルス感染症が飯田保健所管内でも急増しており、10代以下の陽性者も多く、園や学校が始まるとなご一層の注意が必要と思われます。そこで、お子様の登園前の健康チェックを確実に行って頂き、もし、発熱・咳・のどの痛み等日頃と違う体調の場合には登園を控えて頂きますようお願いいたします。きょうだい、同居家族の方が発熱などの場合もご家庭で様子を見て頂けますようお願いいたします。

※ 先日の休園・学年閉鎖措置に関して、職場にて休園等の証明書が必要な場合は、担任までお申し出ください。

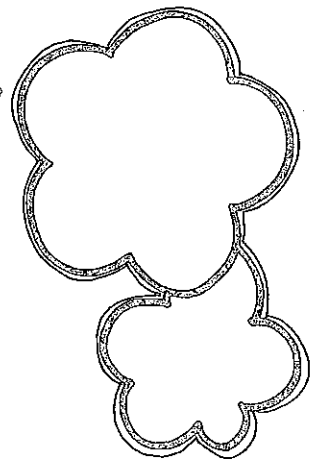
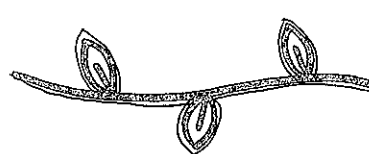
※ 9月1日の防災訓練につきましては別紙のお便りをご確認ください。
引き渡し訓練の為、延長保育がありません。

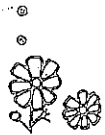
※ 緊急時(地震・災害)の飲料確保も視野に入れ、駐車場出口側に自販機を設置しました。
地域の方・保護者の方にご利用いただければと思います。

※ レゴ®デュプロ プレゼント配布について

2歳以上のお子様「レゴ®デュプロ」を頂きました。本日配布しますので確認してください。
これは、プレゼント品です。フリマサイト・オークション等への出品は違法行為に該当する恐れがありますのでご遠慮下さい。

※ 夏休み明けのため、クラス便りは 26日(金)に発行いたします。
本日は園便りと献立表のみになります。





9月 こんだてひょう



認定こども園ぱどま

日	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	
								エネルギー kcal	たんぱく質 g
1	木	防災訓練 16:00-斉降園	ヨーグルト	パン	シーチキンサラダ わかめスープ バナナ	シーチキン、スパゲッティ、セロリ、きゅうり、他 人参、きゅうり、セロリ、キャベツ、コーン、他	かんぱん (未満児: 棒ビスケット)	263 (308) 7.4 (7.4)	10.6 (12.3) 1.5 (1.4)
2	金	おはなしくらぶ	うどん	ご飯	豆腐チャンプル 磯香和え なし	豚挽肉、玉葱、人参、にら、豆腐、竹の子、他 ほうれん草、もやし、人参、キャベツ、海苔佃煮、他	クラッカーサンド 牛乳	378 (458) 16.9 (12.0)	18.4 (16.3) 1.8 (1.3)
3	土			ご飯	すき焼き丼 オレンジ	豚肉、しらたき、玉葱、人参、竹輪、グリーンピース、他		458 (369) 21.3 (17.0)	10.1 (7.8) 0.8 (0.6)
4	日								
5	月	誕生会	フルーチェ	ご飯	カレーピラフ 春雨サラダ タンホータン ミニゼリー	鶏肉、玉葱、人参、えのき、カレー粉、コンソメ、他 春雨、キャベツ、きゅうり、ハム、みかん缶、他 エビ、玉葱、人参、豆腐、卵、クリームコーン、他	アイスクリーム	327 (394) 11.2 (15.9)	12.7 (15.2) 11.2 (15.9)
6	火	茹で芋 麦茶		ねじりパン	魚のマヨネーズ焼き レタス ミネストロンスープ	マンダイ、マヨネーズ、塩、胡椒、パセリ、他 レタス、塩 ベーコン、じゃが芋、トマト、ほうれん草、セロリ、他	黒胡麻クッキー 牛乳	425 (380) 22 (14.4)	19.7 (14.4) 1 (0.8)
7	水	卵ボーロ 牛乳		ご飯	揚げ筋子の肉みそ掛け わかめ和え 五目スープ ふりかけ	筋子、味噌、砂糖、みりん、豚挽肉、片栗粉、油 キャベツ、きゅうり、塩わかめ ベーコン、玉葱、人参、じゃが芋、干椎茸、小松菜、他	コアコアプラス 棒ビスケット	269 (426) 13.7 (13.1)	9.9 (13.0) 1 (0.9)
8	木	煎餅 牛乳		蕎麦サンドパン	ゆで豚のサラダ ワタンスープ オレンジ	豚肉、人参、きゅうり、レタス、胡麻、味噌、砂糖、他 ワタシ、油揚げ、人参、玉葱、ニラ、もやし、他	ホイップ和え	316 (423) 13.4 (15.5)	11.2 (15.2) 1.3 (1.8)
9	金	えいごであそぼ!	クラッカー オレンジジュース	ご飯	かぼちゃのそぼろ煮 切干大根の中華風サラダ なし	豚挽肉、玉葱、人参、かぼちゃ、じゃが芋、他 切干大根、春雨、人参、きゅうり、醤油、砂糖、酢、他	フレンチトースト 牛乳	463 (601) 17.3 (11.4)	17.1 (13.7) 1.3 (1.1)
10	土	十五夜		麺	味噌ラーメン クラッシュゼリー	豚肉、人参、玉葱、もやし、ほうれん草、竹の子、他 かんでんばば		268 (213) 2.2 (1.7)	9.4 (7.8) 2.2 (1.8)
11	日								
12	月		ヨーグルト和え	ご飯	中華丼 コンソメスープ オレンジ	豚肉、玉葱、人参、干椎茸、エビ、イカ、ニラ、他 もやし、玉葱、人参、豆腐、ほうれん草、胡麻、他	お月見団子 牛乳	353 (479) 13.2 (11.7)	14.2 (15.0) 1.4 (1.2)
13	火	コーンフレーク 牛乳		ベーグル	タンダーリーチキン コールスローサラダ かきたま汁	鶏肉、ヨーグルト、玉葱、カレー粉、塩、他 キャベツ、人参、酢、油、塩、胡椒 かつお節、卵、玉葱、人参、豆腐、醤油、他	カップゼリー 棒ビスケット	282 (331) 13.8 (10.4)	15.3 (13.7) 0.9 (1.0)
14	水	胡麻マカロニ 麦茶		ご飯	姜わかめの五目煮 (未満児: 大豆なし) 台湾風和え物 なし	豚肉、姜わかめ、大豆、鶏卵、しめじ、人参、砂糖、他 ハム、人参、ニラ、もやし、小女子、醤油、酢、胡麻、他	ジャムホットケーキ 牛乳	400 (497) 16.7 (14.2)	18 (16.6) 2.9 (2.6)
15	木	高森中地域応援隊	ミニゼリー ビスケット	コッペパン	チャーシュー麺 フレンチサラダ 牛乳	中華麺、鶏挽肉、人参、もやし、ピーマン、生薑、他 キャベツ、きゅうり、みかん缶、油、酢、塩、砂糖、他	きつねおにぎり 麦茶	515 (493) 16 (12.2)	17.2 (15.4) 2.1 (2.0)
16	金	えいごであそぼ!	クラッカー 牛乳	ご飯	魚の中華風あんかけ (0-1歳児: 別煮) 味噌汁 バナナ	秋刀魚、にんにく、生薑、玉葱、人参、竹の子、他 玉葱、人参、小松菜、じゃが芋、干わかめ、味噌、他	煎餅 ジュア	10.8 (10.5) 3.8 (3.0)	1.8 (1.4) 2.8 (2.3)
17	土			麺	きつねうどん グレープフルーツ	鶏肉、玉葱、人参、なると、干うどん、醤油、他		209 (189) 3.8 (3.0)	8.8 (7.1) 2.8 (2.3)
18	日								
19	月	敬老の日							
20	火		カップゼリー	米粉パン	豚肉のケチャップ味 コーンキャベツ ABCスープ	豚肉、生薑、ケチャップ、味噌、みりん、片栗粉、他 キャベツ、コーン、酢、油、胡椒、塩 マカロニ、ベーコン、豆腐、小松菜、じゃが芋、他	おはぎ 牛乳	483 (447) 20.1 (14.9)	21.7 (18.0) 1.1 (1.2)
21	水	園便り	茹でじゃが 麦茶	ご飯	鮭の照り焼き 三色お浸し すまし汁	鮭、醤油、酒、みりん ほうれん草、人参、もやし、かつお節、醤油 かつお節、人参、玉葱、白はんぺん、豆腐、醤油、他	ヨーグルト蒸しパン 牛乳	397 (424) 15.2 (9.6)	23.7 (17.1) 1.8 (1.0)
22	木		ミニゼリー ビスケット	レーズンパン	豆乳のコーンクリームあんかけ 和風マリネ オレンジ	クリームコーン、スキムミルク、鶏挽肉、玉葱、他 キャベツ、人参、干わかめ、きゅうり、ひじき、醤油、他	プリン	281 (349) 10.7 (10.0)	14.6 (15.2) 1.4 (1.5)
23	金	秋分の日 児童会 運動会							
24	土			麺	にゅうめん バナナ	豚肉、玉葱、人参、筋子、油揚げ、きさげ、他			
25	日								
26	月		かぼちゃの安倍川 麦茶	ご飯	ししゃもの天ぷら ゆかり和え ふりかけ なめこ汁	ししゃも、卵、小麦粉、油 レタス、塩 煮干し、玉葱、人参、大根、なめこ、小松菜、他	オレンジケーキ 牛乳	437 (490) 20 (14.4)	20.9 (18.4) 1.5 (1.2)
27	火		おじや	バターロール型 コッペパン	ハンバーグ レタス ミルクスープ	豚挽肉、玉葱、卵、パン粉、ケチャップ、ソース、他 レタス、塩 スキムミルク、牛乳、コーンクリーム、玉葱、他	マカロニ 麦茶	417 (478) 20.7 (17.8)	16.9 (17.3) 1.1 (1.3)
28	水		サンドパン 牛乳	ご飯	レタスの胡麻味噌味 付け合わせ野菜 卵と野菜のスープ	豚レバー、生薑、味噌、胡麻、みりん、砂糖、油、他 きゅうり、キャベツ、塩 卵、もやし、人参、玉葱、小松菜、豆腐、コンソメ、他	カルピスボンテ	321 (518) 13.3 (15.3)	10 (20.1) 1.3 (1.3)
29	木	運動会総練習	卵ボーロ 牛乳	ブルーベリージャム サンドパン	鶏肉のハワイアン煮 こぶき芋 春雨スープ	鶏肉、パン粉、にんにく、みりん、醤油 じゃが芋、パセリ、塩、胡椒 ベーコン、人参、春雨、豆腐、葱、胡麻、ほうれん草、他	ブルーヨーグルト 棒ビスケット	304 (442) 12.3 (15.1)	16 (18.8) 0.9 (1.3)
30	金		クラッシュゼリー	ご飯	カレーライス 味噌ドレッシングサラダ なし	豚肉、スキムミルク、カレー粉、じゃが芋、人参、他 ハム、キャベツ、きゅうり、人参、玉葱、味噌、酢、油、他	フライドポテト 牛乳	570 (589) 28 (20.3)	18.2 (15.3) 2 (1.5)

*給食により収量を変更する場合があります。

	エネルギー(kcal)	蛋白質(g)	脂 肪(g)	カルシウム(mg)	炭水化物(g)
以上児(高健児)	400	10~23	12~18	280	1.5
(摂取平均値)	381	18.5	15.9	254	1.5
未満児(高健児)	480	15~23	10~18	220	1.5
(摂取平均値)	451	19.9	13.5	232	1.4