

# 11 えんだより

今月の目標  
戸外で身体を十分に動かして遊び  
寒さに負けない丈夫な体を作りましょう

日	月	火	水	木	金	土
30	31	11/1	2	3	4	5
	年中児相談 うみ組	年中児参観日 (年中児のみ午前中)	2 年長児参観日 (年長児のみ午前中) 年少児参観日 (年少児午後2~参観)	文化の日	えいごであそぼ! 年長	希望保育
6	7	8	9	10	11	12
		避難訓練 法被降園	おはなしくらぶ 郡保育研究委員会 (笹本出張) 法被登園	誕生会	えいごであそぼ! 年中 布団持ち帰り	
13	14	15	16	17	18	19
		吉田神社七五三	郡給食研究委員会 (岡部出張)	年中児相談 そら組	園便り発行 年中発育測定	
20	21	22	23	24	25	26
	年長発育測定	年少発育測定	勤労感謝の日	未満児発育測定 (🍏・🍌)	えいごであそぼ! 年長 布団持ち帰り	
27	28	29	30	12/1	2	3
	未満児発育測定 (🍓・🍇・🍌) 所長会		郡主任保育士会 (宮島出張)			▼

※ 明日20日(木)は交通安全クラブです。年長・年中クラスが天竜自動車学校に行き交通ルールを学んできます。年長・年中のお子様は、Am8:45までに登園してください。

※ 以前にお便りいただきましたが、各学年の参観日が予定されています。詳細は後日お知らせいたしますが予定に入れてください。

なお、コロナの状況によっては中止になる場合もあります。

未満児 10月 28日(金) 午前中 給食無し降園  
年中児 11月 1日(火) 午前中 給食無し降園  
年長児 11月 2日(水) 午前中 給食無し降園  
年少児 11月 2日(水) 午後 2時~降園迄

※ 以上児は、「高森町子ども読書支援センター」の協力を頂き、「出張図書館マルシェ」を行う予定です。

※ 欠席の連絡について

コドモンの中に「連絡」という項目があります。欠席の連絡はそちらを利用して頂いても結構です。お子様の様子など追記して頂けると嬉しいです。9時には出欠席の確認を行っています。それ以降の連絡につきましては、随時確認していますが、「確認済」にならない場合はお電話にてお知らせください。

※ お布団の持ち帰りは、11月より隔週にいたします。

※ 毎日水筒を持って来ていただいておりますが、茶渋が付いていたり...と汚れが目立つお子様がいます。毎日使うものです。すすぐだけでなく時には中まで洗い、ストローの様子など見て頂けます様お願いします。

おねがい

おしらせ



# 11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 ※未満児(%)				
								エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩 g	
1	火	年中参観日	マッシュポテト 牛乳	丸パン	ハンバーグ レタス ミルksスープ	豚挽肉、玉葱、人参、玉葱、パン粉、他 レタス、塩 スキムミルク、生クリーム、コンクリーム、他	紅葉ヨーグルト	339 12.8	(445) (15.3)	18.2 1.1	(21.3) (1.3)	
2	水	年長参観日	クラッカー 牛乳	ご飯	きんぴらごぼう そぼろ豆腐のサラダ りんご	豚肉、ごぼう、ちくわ、人参、油揚げ、他 豆腐、シーチキン、マヨネーズ、きゅうり、他	羊入り蒸しパン 麦茶	335 13.6	(497) (15.2)	12.8 1.3	(16.5) (1.4)	
3	木	文化の日										
4	金	えいごであそぼ!	卵ボーロ 麦茶	ご飯	ずき焼き丼 和風マリネ オレンジ	豚肉、しらたき、玉葱、人参、もやし、竹輪、他 キャベツ、人参、ほうれん草、きゅうり、ひじき、他	スイートポテト 牛乳	450 19.9	(492) (13.6)	19.3 1.1	(15.8) (0.8)	
5	土			ご飯	鶏ごぼ丼 バナナ	鶏肉、玉葱、人参、ごぼう、グリーンピース、他		343 8.2	(282) (7)	10.3 0.6	(8.3) (0.5)	
6	日											
7	月		カップゼリー	ご飯	鶏のレモン揚げ ゆかり和え なめこ汁	鶏肉、酒、片栗粉、醤油、砂糖、レモン、油 キャベツ、きゅうり、ゆかり 煮干し、玉葱、人参、じゃが芋、豆腐、なめこ、他	アップルケーキ 牛乳	539 25.3	(532) (14.7)	24.6 1.8	(17.1) (1.3)	
8	火	避難訓練 法被降園	煎餅 牛乳	ブルーベリージャム サンドパン	ポークビーンズ (未満児:豆腐のケチャップ味) 春雨サラダ りんご	春雨、キャベツ、きゅうり、ハム、みかん缶、他	コアアプラス 檸檬ビスケット	344 10.5	(437) (12.1)	13.3 0.9	(15.1) (1.6)	
9	水	法被登園	卵ボーロ 麦茶	ご飯	切干大根とひじきの炒め煮 味噌ドレッシングサラダ バナナ	豚肉、ひじき、切干大根、人参、蒟蒻、油あげ、他 キャベツ、きゅうり、ハム、人参、玉葱、他 かつお節、そうめん、豆腐、えのき、小松菜、他	葛練り オレンジジュース	282 10	(437) (6.5)	13.8 1.5	(14.3) (1.1)	
10	木	誕生会	クラッカー 飲むヨーグルト	ベーグル	マカロニグラタン ミックススープ オレンジ	マカロニ、ベーコン、牛乳、スキムミルク、チーズ、他 ミックスベジタブル、玉葱、人参、じゃが芋、他	さつま芋おにぎり 麦茶	449 10.8	(522) (10.0)	15.1 1.4	(18.1) (1.7)	
11	金		サンドパン 麦茶	ご飯	魚の変わり揚げ 昆布和え すまし汁	マナダイ、カレー粉、片栗粉、卵、醤油、他 キャベツ、きゅうり、人参、塩昆布 かつお節、白はんぺん、なると、葱、玉葱、他	ロッククッキー 牛乳	476 23.3	(497) (15)	20.7 1.6	(18.1) (1.2)	
12	土			麺	醤油ラーメン カップゼリー	豚肉、人参、玉葱、もやし、ほうれん草、他 かんてんばば		222 2.2	(190) (2)	7.6 1.2	(8.1) (0.9)	
13	日											
14	月		ビスケット 麦茶	ご飯	スイーツポテトの揚げからめ 台湾風和え物 ふりかけ バナナ	鶏肉、さつま芋、玉葱、人参、凍り豆腐、他 ハム、もやし、にら、小女子、醤油、胡麻、酢、他	中華蒸しパン 牛乳	551 20.5	(570) (15.1)	21.1 1.8	(17.5) (1.6)	
15	火	吉田神社七五三	リゾット	ねじりパン	豆腐とツナの小判焼き レタス むらも汁	豆腐、シーチキン、卵、玉葱、人参、他 かつお節、卵、焼き鮭、チンゲンサイ、他 カレー	マカロニかりんとう (未満児:胡麻マカロニ) 麦茶	282 12.7	(342) (9.7)	12.3 0.8	(13.8) (1.2)	
16	水		煎餅 牛乳	ナン	カレー 白菜の甘酢がけ りんご	豚肉、玉葱、人参、スキムミルク、じゃが芋、他 白菜、人参、もやし、ハム、胡麻、醤油、他	煎餅 ジョア	373 9.9	(456) (12.9)	11.7 2.1	(15.8) (2.2)	
17	木		ヨーグルト	霜クリーム サンドパン	ゆで豚のサラダ ABCスープ バナナ	豚肉、玉葱、人参、ピーマン、もやし、キャベツ、他 マカロニ、ベーコン、玉葱、人参、豆腐、他	プリン	286 11.7	(368) (10.8)	15.8 1.4	(18.1) (1.5)	
18	金	園便り えいごであそぼ!	卵ボーロ 麦茶	ご飯	魚の蒲焼き (未満児:0-1白身魚) わかめ和え そうめん汁	秋刀魚、竹輪、片栗粉、醤油、砂糖、他 白身魚 キャベツ、きゅうり、塩わかめ かつお節、玉葱、人参、そうめん、豆腐、他	フルーツロールパン 牛乳	469 23.1	(464) (14.1)	19.7 2.1	(14.8) (1.4)	
19	土			麺	煮込みうどん オレンジ	鶏肉、玉葱、人参、しめじ、油揚げ、なると、他		192 4.6	(154) (4)	8.1 2.4	(6.3) (1.9)	
20	日											
21	月		クラッシュゼリー	ご飯	豚汁 納豆和え りんご	豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、大根、ごぼう、他 納豆、チーズ、人参、きゅうり、小女子、他	人参パン 牛乳	491 21	(527) (14.8)	22.8 2	(19.2) (1.5)	
22	火		ビスケット 麦茶	チョコサンドパン	鮭のマヨネーズ焼き 春雨スープ オレンジ	鮭、マヨネーズ、しめじ、えのき、ピーマン、他 ベーコン、人参、ほうれん草、豆腐、えのき、他	りんごのコンポート 牛乳	365 16.9	(357) (12.8)	19.4 0.9	(13.9) (1.1)	
23	水	勤労感謝の日										
24	木		ヨーグルト	コッパン	海賊スパゲッティ りんごサラダ 牛乳	ベーコン、イカ、玉葱、人参、背のり、コンソメ、他 りんご、きゅうり、キャベツ、酢、油、塩、砂糖、他	フルーツゼリー	393 13.6	(405) (9.6)	14.8 1.4	(15.2) (1.6)	
25	金	えいごであそぼ!	かぼちゃマッシュ 麦茶	ご飯	レバーのケチャップ味 コーンキャベツ きのこ汁	豚レバー、醤油、酒、生姜、ケチャップ、ソース、他 キャベツ、コーン、酢、油、塩、胡椒 玉葱、人参、えのき、エリンギ、しめじ、他	クラッカーサンド 牛乳	382 15.8	(463) (11.9)	19.3 1.8	(17.0) (1.4)	
26	土			麺	ちゃんぽんそば りんご	豚肉、かまぼこ、もやし、玉葱、キャベツ、他		170 1.6	(142) (1)	6.8 1.4	(5.3) (1.1)	
27	日											
28	月		マカロニ安倍川 麦茶	ご飯	蒸し鳥の胡麻だれ 三色お浸し 味噌汁	鶏肉、酒、醤油、みりん、砂糖、片栗粉、他 ほうれん草、もやし、人参、醤油、かつお節 煮干し、玉葱、人参、干わかめ、大根、他	フルーツの クリームチーズ和え	327 15.5	(441) (13.2)	15.1 1.1	(16.0) (0.9)	
29	火		卵ボーロ 牛乳	ねじりパン	ホワイトシチュー 和風サラダ バナナ	鶏肉、牛乳、ホワイトルウ、スキムミルク、他 イカ、卵、大根、レタス、きゅうり、醤油、油、他	ブルーヨーグルト 檸檬ビスケット	330 12	(449) (14.7)	14 1.1	(17.8) (1.4)	
30	水		煎餅 麦茶	ご飯	いがり焼売 レタス わかめスープ	もち米、豚挽肉、玉葱、干椎茸、醤油、他 人参、玉葱、豆腐、もやし、干わかめ、コーン、他	りんごのホットケーキ 牛乳	467 17.7	(487) (12.1)	19.7 1.3	(16.3) (1.1)	

\*都合により献立を変更する場合があります。

	エネルギー(kcal)	蛋白質(g)	脂質(g)	カルシウム(mg)	食塩(g)
以上(未満児)	400	15-23	12-18	250	1.8
(摂取平均値)	397	17.2	15	272	1.5
未満児(基準値)	480	15-23	10-16	250	1.5
(摂取平均値)	459	16.5	13	240	1.4