

1

# えんだより

## 今月の目標

冬の自然に触れて遊びましょう

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
⑫	26	27	28	29	30	31
冬休み	特別保育	特別保育	特別保育	休園	休園	休園
①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
冬休み 元旦	休園	休園	特別保育	特別保育	特別保育	特別保育
⑧	⑨	10	11	12	13	14
冬休み	成人の日	始業式 新春号 かきぞめ(年長)	お餅つき	さんもくせい	えいごであそぼ!! 年長 役員会 布団持ち帰り	希望保育 園内研修
⑬	16	17	18	19	20	21
	誕生会	卒園修了写真 監査	郡研究委員会 (巻本出張)	避難訓練 法被登園 園便り 中塚先生来園	法被登園 えいごであそぼ!! 年中	
⑱	23	24	25	26	27	28
	年少発育測定	松本山雅 サッカー教室 (年長・年中) 未満児発育測定 (🍓・🍓・🍓)	未満児発育測定 (🍓・🍓)	さんもくせい 年中発育測定	一日入園 布団持ち帰り	
⑲	30	31	2/1	2	3	4
	年長発育測定		研究保育 (松澤保育専門相談員)		節分・豆まき	郡研究発表会

## お知らせ

※ クラス便りですが、年長の学級閉鎖や欠席など多かったので、22日(木)に出させていただきます、本日は、園便り・給食便り献立表のみを配布します。

※ 12月24日(土)より冬休みに入ります。休み中は事故やけがないように楽しく過ごしましょう。何かありましたら コドモンにて連絡を入れて頂くか ぱどま 35-6771・園長自宅 35-2822 (光専寺) へ連絡をお願いします。



# 1月 こんだてひょう



認定こども園ぱどま

曜日	行事	未滿児おやつ	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日	元旦 冬休み									
2月										
3火										
4水	特別保育									
5金										
6土										
7日										
8日										
9月	成人の日									
冬休み										
10火	始業式	卵ボーロ 麦茶	ご飯	鮭の塩焼き 野菜の煮物 七草入りスープ	鮭、酒、塩 大根、れんこん、人参、鶏挽肉、昆布、醤油、砂糖 大根、小松菜、かぶ、かにかま、豆腐、人参、他	コアアプラス 煎餅	205 (325)	16.2 (13.1)	4.8 (4.0)	1 (0.8)
11水	おもちゃつき	ミニゼリー	おはぎ	二色おはぎ ダイコンサラダ ずまし汁	きな粉、砂糖、塩、黒胡麻 大根、きゅうり、人参、干わかめ、みかん缶、他 かつお節、人参、玉葱、なると、豆腐、他	ビスケット オレンジジュース	206 (350)	7 (9.3)	5.5 (4.2)	1.2 (0.8)
12木		バナナ 牛乳	苺クリーム サンドパン	変わりローストチキン コーンキャベツ ワンタンスープ	鶏肉、玉葱、にんにく、生姜、ケチャップ、ソース、他 キャベツ、コーン、酢、塩、胡麻油 にら、玉葱、人参、油揚げ、ワンタン、胡麻、他	プリン	268 (352)	17 (17.0)	12.3 (12.8)	1.3 (1.5)
13金	えいごであそぼ！ 役員会	うどん	ご飯	豚肉、人参、干わかめ、みかん なめこ汁 みかん	豚肉、人参、干わかめ、みかん、竹の子、他 煮干し、人参、じゃが芋、豆腐、なめこ、小松菜、他	メロンパントースト 牛乳	491 (484)	21.9 (17.8)	10.7 (11.9)	1.9 (1.0)
14土	園内研修		ご飯	親子丼 バナナ	鶏肉、玉葱、人参、卵、えのき、グリーンピース、他		401 (327)	15.4 (12.4)	12.2 (10)	0.7 (0.6)
15日										
16月	誕生会	フルーチェ	ご飯	中華風焼き込みご飯 台湾風和え物 コンソメスープ ミニゼリー	豚肉、竹の子、干わかめ、醤油、胡麻油 にら、ハム、もやし、人参、小女子、胡麻油、他 玉葱、人参、もやし、小松菜、豆腐、胡麻、他	クラッカーサンド 牛乳	350 (450)	17.2 (16.6)	14.5 (11.9)	2.1 (1.8)
17火	卒園修了写真	おじや	ベーグル	ホワイトシチュー 華風サラダ バナナ	鶏肉、牛乳、生クリーム、ホワイトルウ、玉葱、他 ハム、しらたき、人参、きゅうり、コーン、他	アップルポンチ	357 (435)	10.3 (12.6)	8.2 (7.0)	1.2 (1.5)
18水	おはなしくらぶ	餅で芋 牛乳	ご飯	おでん風煮 縁邊和え りんご	里芋、きつぽ揚げ、ごぼう巻き、はんぺん、昆布、他 チーズ、人参、キャベツ、ほうれん草、海苔、他	干し柿入りケーキ 麦茶	283 (483)	13.3 (16.8)	7.2 (10.0)	1.8 (1.4)
19木	避難訓練 図便り	カップゼリー	コッペパン	海賊スパゲッティ フレンチサラダ 牛乳	ベーコン、イカ、玉葱、人参、きのこ、他 キャベツ、きゅうり、みかん缶、油、砂糖、他	わかめおにぎり 麦茶	477 (481)	16.8 (14.3)	14 (9.9)	1.8 (1.9)
20金	えいごであそぼ！	卵ボーロ りんごジュース	ご飯	豚の韓国煮つけ わかめ和え むらも汁	豚、りんご、玉葱、にんにく、生姜、砂糖、味噌、他 キャベツ、きゅうり、ゆかり かつお節、卵、鮓、チンゲンサイ、玉葱、他	ピーチロールパン 牛乳	489 (477)	25.5 (17.6)	23.3 (10.0)	1.7 (2.0)
21土			麺	醤油ラーメン バナナ	豚肉、人参、玉葱、もやし、ほうれん草、コーン、他		192 (160)	7.9 (6.4)	2.2 (2)	1.1 (0.8)
22日										
23月		クラッカー 牛乳	ご飯	カレーライス 味噌ドレッシングサラダ りんご	豚肉、玉葱、人参、スキムミルク、じゃが芋、他 ハム、キャベツ、人参、玉葱、味噌、酢、他	フルーツゼリー	309 (475)	10.4 (13.8)	9.7 (12.2)	1.7 (1.5)
24火		ビーチクリーム	チョコサンドパン	肉団子と白濁のスープ コンビニーションサラダ バナナ	鶏挽肉、パン粉、白濁、チンゲンサイ、春雨、他 レタス、キャベツ、きゅうり、人参、コーン、他	ロックッキー 牛乳	452 (459)	13.7 (12.3)	21.2 (17.1)	1.5 (1.6)
25水		かぼちゃマッシュ 麦茶	ご飯	魚のパーベキュー風 三輪漬け そうめん汁	マンダイ、醤油、砂糖、レモン、りんご、片栗粉、他 大根、塩、砂糖、酢 かつお節、そうめん、小松菜、人参、玉葱、豆腐	カラメル蒸しパン 牛乳	427 (476)	21.1 (16.8)	16.2 (10.6)	1.6 (1.1)
26木		煎餅 牛乳	ねじりパン	仲で豚のサラダ 春雨スープ みかん	豚肉、人参、きゅうり、レタス、もやし、味噌、他 ベーコン、春雨、人参、ほうれん草、豆腐、他	ブルーヨーグルト 棒ビスケット	302 (420)	13.5 (17.5)	11.8 (14.2)	1.4 (1.8)
27金	一日入園	バナナ 麦茶	ご飯	ハンバーグ ゆかり和え 五目汁	豚挽肉、玉葱、人参、卵、パン粉、ソース、他 キャベツ、きゅうり、ゆかり かつお節、じゃが芋、大根、豆腐、小松菜、他	フライドポテト 牛乳	496 (532)	20 (16.9)	27.1 (19.7)	0.9 (0.7)
28土			麺	煮込みうどん カップゼリー	鶏肉、玉葱、人参、しめじ、油揚げ、なると、他 かんでんぼぼ		238 (200)	7.9 (6.1)	4.7 (4)	2.5 (2.0)
29日										
30月		ビスケット 麦茶	ご飯	レバーの胡麻醤油味 三色お浸し 味噌汁	豚レバー、生姜、片栗粉、胡麻、砂糖、醤油、他 ほうれん草、人参、もやし、かつお節、醤油 煮干し、玉葱、人参、豆腐、干わかめ、他	おにまん 牛乳	476 (514)	22.8 (19.5)	20.8 (15.2)	1.6 (1.3)
31火		コーンフレーク 牛乳	苺ジャム サンドパン	マカロニグラタン スーミータン りんご	マカロニ、ベーコン、牛乳、チーズ、ピーマン、他 卵、鶏肉、人参、豆腐、クリームコーン、中華味、他	ヨーグルトパバロア	469 (517)	15.5 (19.0)	18.2 (19.6)	1.2 (1.7)

\* 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)	脂肪(g)	カルシウム(mg)	食塩(g)
以上児(基準値)	370	15~25	12~18	260	1.5
(摂取量目安)	355	18.5	14	254	1.5
未満児(基準値)	470	14~22	10~15	220	1.5
(摂取量目安)	455	15	12.3	226	1.4