

# えんだより

R5.12.20.  
認定こども園 ぱどま

## 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
12/31	1/1	2	3	4	5	6
冬休み	元日 休園	休園	休園	特別保育		
7	8	9	10	11	12	13
冬休み	成人の日	始業式 書き初め(年長)		おもちつき きんもくせい	えいごであそぼ! (年中) 役員会	希望保育 職員園内研修
14	15	16	17	18	19	20
		卒園修了写真	誕生会 郡研 (遠山出張)	避難訓練	えいごであそぼ! (年少・2歳児) 園便り 布団持ち帰り	
21	22	23	24	25	26	27
	諸経費引き落とし 年中発育測定	中塚経子先生来園 年少発育測定	山雅運動教室 未満児発育測定 (●・●)	きんもくせい 年長発育測定	えいごであそぼ! (年長) 未満児発育測定 (●・●・●)	
28	29	30	31	2/1	2	3
			おはなしくらぶ ひよこクラブ		節分・豆まき 布団持ち帰り	



## おしらせとおねがい



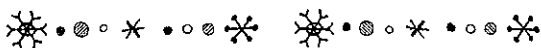
※ 12月26日より冬休みに入ります。休み中は、事故や怪我の無いように過ごしましょう。

何かありましたら、コドモンにてお知らせいただくか、

ぱどま 0265-35-6771

園長自宅 0265-35-2822 (光専寺) へ連絡をお願いします。

※ 天恵製菓さん・英語の寺子屋さんから、クリスマスのプレゼントにとお菓子を頂きました。本日持ち帰りますが、年齢によっては食べられないものもあります。確認していただけますようお願いいたします。





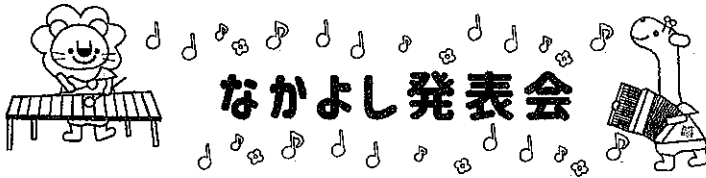
# にじぐみだより

R5.12.20



寒さが身に染みる季節となりました。冷たい風に頬を赤らめながらも、戸外で元気に遊ぶ子ども達の姿にたくましさを感じるこの頃です。

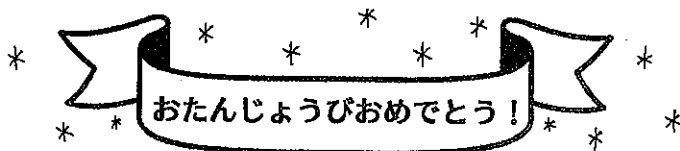
寒暖差や乾燥から、体調を崩しやすい時期です。まだまだ感染症の流行も見られますので、手洗い、うがいをしっかり行い、栄養や睡眠をよく摂り体調管理に気を付けていきたいですね。



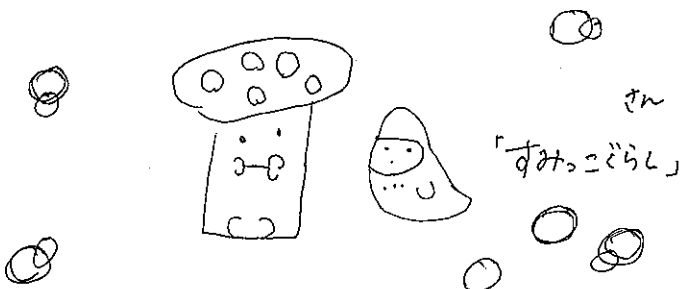
## なかよし発表会

9日(土)に行われた、なかよし発表会。11月中旬にはインフルエンザの流行もあり全員が揃わない日が続きましたが、当日はみんなで力を合わせ、精一杯頑張る姿を見て頂けたと思います。取り組んでいく中で、「お客さんに楽しんで思ってもらえる劇。てどんなのだらう」と考えていったことで、みんなの心が一つになったことを感じました。また、うた合奏はゆめぐみと一緒にいき、44人で楽しむ姿を見て頂きました。特にうた「まっとうできる」は、聞いていると勇気をもらえる一曲なので、保護者の方々も、何かに迷うことがあったら口ずさんでもらえたらいいなと思います。

連絡帳にて、温かい感想を寄せて頂き、ありがとうございました。



12月うまのお友達に、好きなものを描いてもらいました。



## 1がっのもくひょう

- ・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あそびましょう!



## もうすぐ クリスマス

もうすぐ、みんなが楽しみにしているクリスマス!発表会の天井飾りにほいものを書いたり、サンタさんやトナカイを作ったりして、わくわくの気持ちもふくらんでいるようです。先日は、クラスでサンタさんにお手紙も書きました!!「風邪ひかないぞね」「事故したくないぞ来てね」など、かわいらしい内容でした。果たして、サンタさんには会えるかな...!? 22日(金)には、クリスマス会が行われ、特別な一日を過ごします。ぱどまでの最後のクリスマス会を、存分に楽しめたら、と思います!



<文責:池田>



# ゆめぐみだより

R5.12.20

朝晩は日に日に寒さが厳しくな、てきましたが、日中は日が差すと気温が上がり、暖くなる日もあります。太陽が出てお天気の日には、「今日外どあそびたい!」と元気いっぱいのお友達です。寒さに負けず、沢山体を動かしてあそんでいきたいと思ひます。

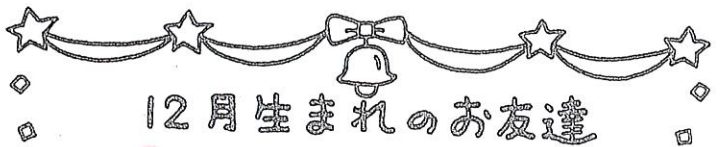
さて、早いもので今年も残りわずかとなりました。2学期は大きな行事がいくつかありましたが、お友達同士で助け合い、励まし合い、年長児としての誇りを持ちながら取り組んでくることができました。また、お家の方々の支えもあり、羨望な思い出となる行事を創り上げることができたこと、嬉しく思ひます。ありがとうございます。



- 1月のもくひょう
- ・冬のあそびをたくさん楽しみましよう。
  - ・戸外でたくさん体を動かしてあそびましよう。



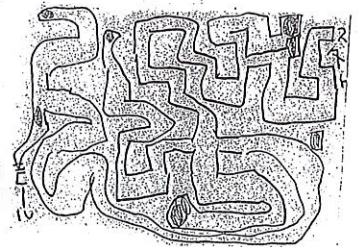
先日のなかよし発表会では、お忙しい中足をお運びいただき、また、沢山の感想をいただき、ありがとうございます。運動会が終わり、これから少しずつ準備を進め、うたや劇が決まると張り切り、て練習をしていたお友達。セリフや振り付けもみんなが考えながら楽しんで創り上げたものを、保護者の皆様に見ていただくことができたこと、とても嬉しく思ひます。お家の方ども励ましていただいたことで、一人ひとりが自信を持ってステージに立てたのだと思ひます。温かく見守、ていただき、ありがとうございます!



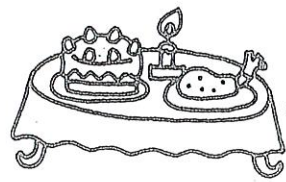
## 12月生まれのお友達

♡♡さん | おめでとう!! |

大きくな、たらソフトクリーム屋さんになりたいたよ。



★さん  
得意な地回や迷路を書いたよ。



## “大縄跳び”に挑戦中”

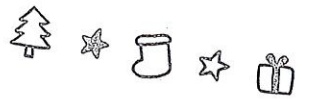
最近、戸外あそびで大縄跳びにチャレンジしています。まわ、ている縄の中へ入り、跳んだら縄から出ます。何度も挑戦するうちに少しずつ上達してきました。悔しくて涙が出ることもある程真剣です!!

〈女責:小倉〉





# そらぐみだより



R5. 12. 20

クリスマスの飾りにぎやかな園内は、温かな笑顔であふれています。お友達は、「サンタさん来るかな?」「サンタさんにお手紙出したよ!」と楽しみにしているようです。

さて、早いもので今年も残りわずかとなりました。2学期は、大きな行事を通して1つのことに向かい、みんなで力を合わせる経験をすることができました。達成感や自信につながり、一人ひとりやクラス、学年という集団として成長することができたように思います。3学期も楽しい思い出を作りながら、年長への期待を膨らませていきたいです。

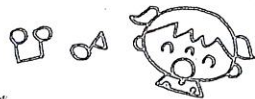
## なかよしはっぴょうかい ありがとうございました



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。当日は、張り切り切っていたり、緊張していましたが、ステージでは、いつもと同じように劇や歌、合奏を披露してくれました。

劇ではかえるになりきって、元気よくセリフを言ったり、うたったりする場面やがっかりしてしまう演技もあり、それぞれのかえる役になりきって、楽しんで演じてくれていました。

大勢の前でも大きな声で言うことができたこと、お友達と一緒に楽しく取り組めたこと等の成長した姿に加えて、当日はそら組18名、年中35名と、全員で行うことができ、とても嬉しかったです。当日も頑張り、楽しみに迎えることができたのも、お家の方々の温かい声援のおかげです。本当に、ありがとうございました。

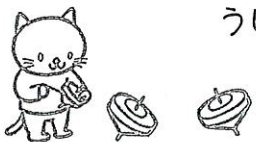


## コマ!

お家でも「回ったよ!」「お兄ちゃんが教えてくれた!」と、

上手にヒモが巻けるようになったり、回るようになったりと、少しずつ上達してきているお友達が増えています。冬休み中も

ぜひ、ご家族の皆さんで遊んで下さいね。



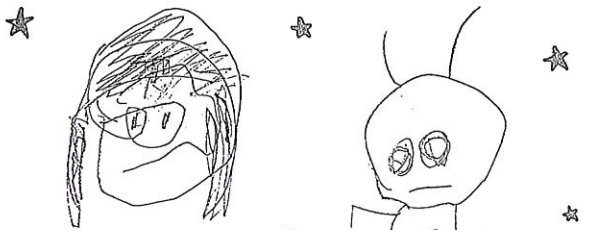
## 1がうのもくひょう

● 戸外で身体を十分に動かして遊ばしましょう。

● お正月の遊びを楽しみましょう。



## HAPPY BIRTHDAY



さん

「プリキュアになりたいな!」

くん  
「仮面ライダーゴッチャードになりたいな!」



## もうすぐ、クリスマス会!!

11月下旬から「もうすぐ12月だよ!」と待ち遠しそだったお友達。

制作でクリスマスツリーやサンタさんを作りました。ハサミを使って、丸や四角、三角、ハート等の形が切れるようになりステキな飾りができあがっています。

22日のクリスマス会では、クリスマスメニューの給食やおやつもあるので、楽しみにして下さいね!

<文責:入谷>





# うみぐみだより



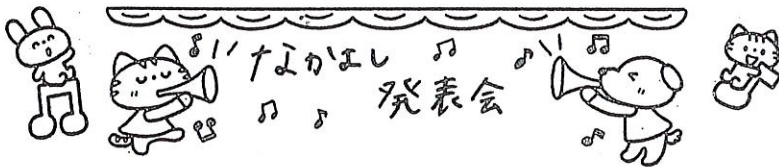
寒さが身に染みる季節となりました。登園すると、赤くなった鼻で「おはよう！」と挨拶してくれるそんな姿が可愛らしく、冬を感じます。

さて、早いもので今年も残りわずかとなりました。この2学期は大きな行事がありクラスや学年で1つになりに行い、お友達同士の距離が縮まり絆が深まったように感じています。残すは1学期のみとなりました。うみ組さんでの楽しい思い出を作りながら、年長に向けて期待を膨らませて過ごしていけたらと思います。



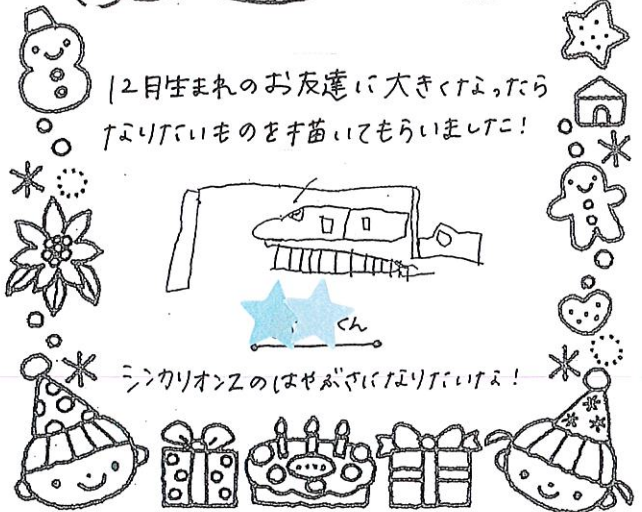
## 1月の目標

- ・戸外遊びを十分に重宝して遊ぼう
- ・お正月の遊びを楽しもう



初めて絵本を見た時から、長靴の様々な使い方に興味を持ってすぐにお話を賞えたり動物に変身したりと楽しんできました。当日は、動物に変身して登場したりセリフを大きな声で言ったりと、堂々とした姿に成長を感じました。歌や楽器も楽しく行うことができ、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。「できたよ!」「大きな声で言えたよ!」「ドキドキした〜!」と、終わった後の笑顔はとてもキラキラしていました。

温かい感想、ありがとうございます。



12月生まれのお友達に大きくなったなりたてのものを手描いてもらいました!



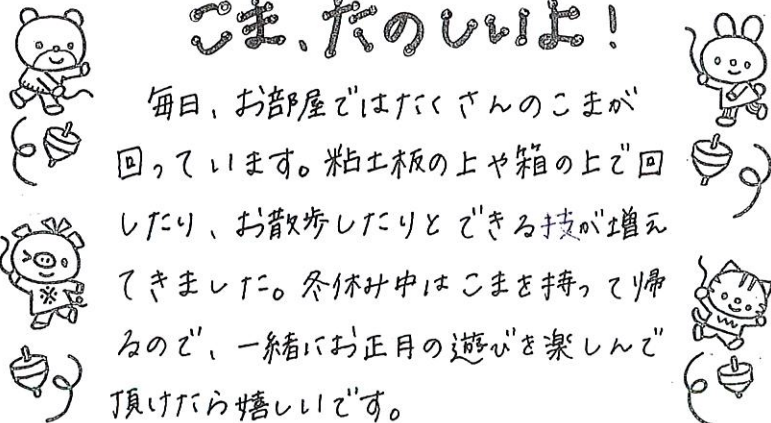
シンカリオンのほせがやになりにける!



## こま、たのしいよ!

毎日、お部屋ではたくさんのこまが回っています。粘土板の上や箱の上で回したり、お散歩したりとできる技が増えてきました。冬休み中はこまを持って帰るので、一緒にお正月の遊びを楽しんで頂けたら嬉しいです。

\* 「サンタさんにお手紙書いた!」「サンタさん来るかな?」という会話が、9月22日。お部屋や廊下はクリスマスの飾りでいっぱいです。今しかないクリスマス。\*  
\* スの雰囲気を感じながら、当日まで楽しく過ごしていきます。みんなにサンタさんが。\*  
\* きますように! <文責:原> \*







# ほしぐみだより

25.12.20

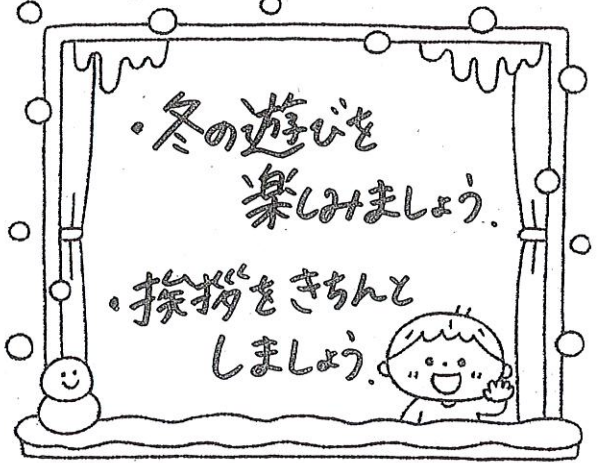
日に日に寒さが厳しくなり、本格的な冬の訪れを感じるようになりました。天気予報の雪マークを知らせると、「明日みんな雪あそび出来るかな?」と目をキラキラさせながら聞いてくるお友達。子ども達にと、ては楽しみな季節ですが、大人にと、てはドキドキな季節がやってきましたね。



先日は、ながよし発表会に足を運んで頂きありがとうございました。うごぎました!他のクラス、学年でインフルエンザが流行、た時にはヒヤッとしましたが、お家の方々が当日まで体調を気にして整えて下さったおかげで全員で当日を迎えることが出来ました。ありがとうございました。初めての発表会に、私達担任の方が当日緊張して泣けてしまわないうか、出られない子がいるのでは...とドキドキでしたが、お友達に他のクラスに見てもらいながら発表する機会を繰り返していく内にその緊張感にも慣れていっていったようにも思う位、いつもと変わらない、むしろいつもよりもお家の人に見てもらえていること嬉しそうに発表していたように思います。

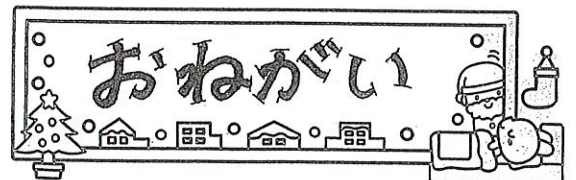
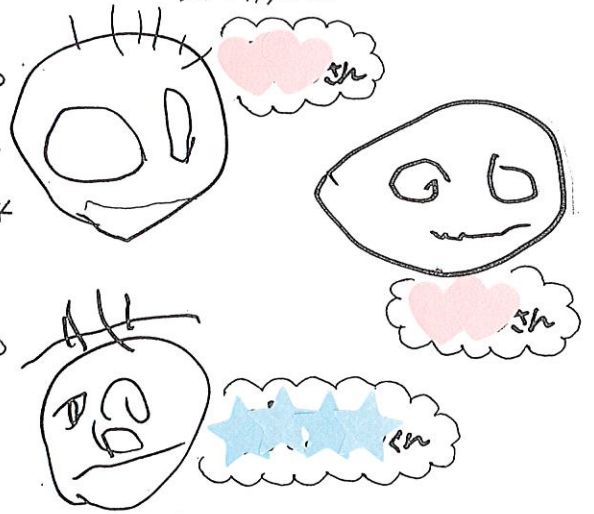
発表会後の月曜日、発表会の絵を描きました。「どうぞのいす」と「自分の役の動物」「持った食べ物」の3つは描き、その後、木や草は自由に描くようにしました。でも、何人ものお友達が「木はオレンジと黄色と...」と呟いているのを聞き、真ん中の大きな木に色を塗って作った木への思い入れを感じ、嬉しくなりました。来年はどんな姿を見せてくれるのか今から楽しみです。お楽しみください!

## 1がうのもくびょう



### おたんじょうび おめでとう!!

12月生まれのお友達に自分の顔を描いてもらいました。



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も寒がらずに楽しめます。ご用意をお願いします。

<嬉:唐澤>

# (12) りんごぐみだより



R5.12.20

舞い散る枯れ葉や冷たい風に、本格的な冬の訪れを感じるこの頃。そんな中、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。廊下に飾られたクリスマスツリーの制作や、綺麗な本物のクリスマスツリーを見て「クリスマス！」ではなく「サンタさん！」と言うお友達もいて、そんなところもまた、かわいらしいなと思う毎日です。22日にはクリスマス会もあるので、どんなことをしたのか、ぜひ聞いてみてくださいね😊

## 1がつのもくひょう

つめた〜い!!

戸外で遊んでいると「ゆきだ!」「みてみて!」と、嬉しそうに話す声が。よく見てみると、すべり台に霜が降りていました。霜を見て大喜びのお友達。カップとスコップを持ってたくさん集めていました。それ以来、外に出ると「こおってるかな-?」「先生、雪ある-?」と聞いてきてくれます。なかなか外に出られない日もありますが、冬ならではの自然を楽しみながら、遊んでいきたいです。

- ・お正月の遊びを楽しみましょう
- ・戸外でたくさん遊びましょう

## はさみを使ったよ

クリスマスツリーを飾りつけするために、初めてはさみを使いました。いつもは折り紙を破っていたので、細長い折り紙を見つけると「ビリビリするの?」と言う声も。

いや、はさみを持つとワクワクの表情が一変真剣な顔つきに。また、緊張から口が開いたままの姿が、見ていて微笑ましかったです。上手く開かず途中でしか切れなかったり、紙が折れてしまったりしながらも、はさみを使ってたくさん切ることができました。

## フーフーだいき

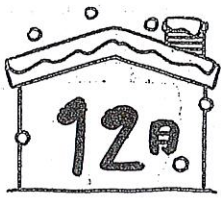
年少さんが玉入れの時に使っていたフーフーで遊んでいます。芝生に並べてジャンプしたり、おうちに見立てて引越ゲームをしたり...。体を動かして毎日元気いっぱい遊んでいます。特に、引越ゲームでは、卵から産まれた生き物がオオカミだたらフーフーの中に逃げる、という少し難しいルールですが「オオカミ!」「キャー!」と言いながら大盛り上がりです。

お し ら せ

食事の際、エプロンを付けないことがあります。特に、火曜日と木曜日のパンの日は付けないことが多いため、ご了承ください。 <文責:遠山>







# みかんぐみだより

R5.12.20

寒さも少しずつ厳しくなり、本格的な冬の訪れを感じる季節となりました。戸外で霜を見つけると、「見てみて！氷がある！」「冷たい！」と喜んでいてバケツやカップに夢中になって集めている姿はとってもほほえましいです。

最近「自分で」と何でも一人でやるお友だちの上着を着ようとしてみたり、ボタンを止めようとしてみたり...と頑張る姿が見られるようになりました。手伝ってあげたい所もぐっところえ、見守ってもらう瞬間も作って頂けたらと思います。

残りの日々も元気に過ごせるよう、感染症の予防に努めながら、活動を楽しんでいきたいです！

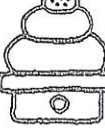
## 11月のもくひょう



お正月のあそびを  
楽しめよう



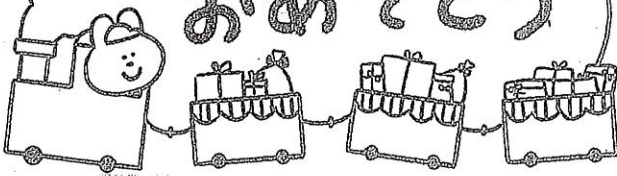
戸外でたくさん  
遊びましょう



## はさめで"ちょきちょき"

はさみを使って折り紙を切り、クリスマスリースを作りました。はさみに興味津々で、夢中になって切っていて、「できた」と笑顔で伝えてくれて満足そうでした！「もっとちょきちょきしたい」と話していたので、「またはさみ使ってみようね！」と約束しました。次はどんな作品ができるかな？

## お誕生日 おめでとう



**さん**  
アリエレとプリキュアが大好き！  
毎日、色々なお話をたくさん聞かせてくれます！

**くん**  
大きくなったら「海賊」と「仮面ライダー」になりたい元気いっぱいの子です！

**さん**  
プリキュアとしゃくばんまんが大好き！  
手あそびや歌、体操がとっても上手で笑顔がかわいい女の子です！

**さん**  
歌うことが大好き！いつもかわいい歌声を聞かせてくれます！

## もうすぐ クリスマス

「サンタさんくるかな？」と  
毎日楽しみにしながら「あわてんぼうのサンタクロース」を歌っています。鈴やタンバリンで楽器あそびをする時、「サンタさんの音」とお話していて、かわいらしいです！



<文責=笹本>





# いちごぐみだより

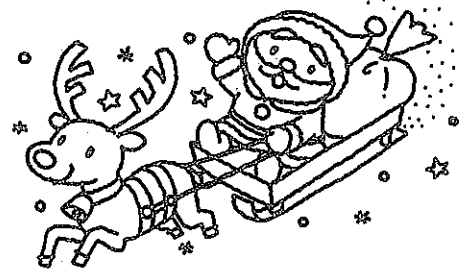
R 5. 12. 20.

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「寒い！」と身を縮めてしましますが、お友達はとて元気。「外へ行くよー！」と声を掛けると「やったー！」と言いつつ、自分のカバンから靴下やジャンパーを出してきて支度をしようとしています。色々なことを自分でせろうとする姿も多く見られるようになり、靴下は上手に履けるようになってきました。準備ができると、とて嬉しそうに外へ行き、寒さなんか気にせず、にこにこしながら遊んでいます。

今年も残りところあとわずか…。元気に新年を迎えましょう。



## もうすぐ☆クリスマス☆



クリスマスが近くになり、「サンタさんくるか？あ」ととても楽しみにしているお友達。お部屋でも、クリスマスにちなんだ絵本を見たり、手あそびをしたりして楽しんでいるので紹介します！

### 絵本「いち・にい・サンタ」

サンタさんがプレゼントを届ける前に、体操をしてから行くこの絵本。しかけ絵本になっていて、一緒に体を動かして楽しんでいます。



作：ひらぎみえ

出版社：ほるぷ出版



### 手あそび

#### 「とんとんとんクリスマス」

「とんとんとんひげじいさん」のクリスマスバージョンです！

- \* ♪ とんとんとんとん ほしのよる \*
- \* ♪ とんとんとんとん ベルがなる \*
- \* ♪ とんとんとんとん トナカイさん \*
- \* ♪ とんとんとんとん ソリをひく \*
- \* ♪ とんとんとんとん サンタさん \*
- \* ♪ みんなのところにプレゼント \*

ぜひお家でもやってみてください！！



### さいきんのお友達は…

午睡あけ、「お熱測っていくね」と伝えると、おびこに手をあてて待っているお友達。そんな姿がとってもかわいいお友達です！

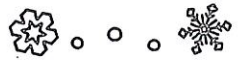
〈文責：宮島〉







# さくらんぼぐみだより



R5.12.20

今年も残りわずかとなりましたが、クリスマスにお正月と、年末年始に向けて楽しい行事が続きますね。ホールに飾ってあるクリスマスツリーを見たり、指をさしたり、よく見たりと、雰囲気を感じながら楽しんでいきます。

さて、さくらんぼ組がスタートしてから4ヵ月が経ち、お友だちも増えて、とって賑やかになりました。また、上手に歩けるようになったり、自分でコップを持って飲めるようになったりと、自分のできることも増えてきて、日々大きく成長しているお友だちです。今後も、楽しく過ごしていきながら、成長していく姿を見守っていかたいと思います。

## シールあそび

シールあそびを、初めてさせてみました。

シールを出してくると、興味津々なお友だち。

渡すと、シールに描かれた絵を見たり、画用紙

に貼ってみようとしたりとそれぞれ楽しんで

いました。指にくっつくシールは、苦戦する様

子もありましたが、貼れると嬉しそうなお表情が

見られたり、「もう一枚!」と手を伸ばす姿が

あったりと、夢中で楽しむことができました。

今回、シールあそびを楽しみながら作った

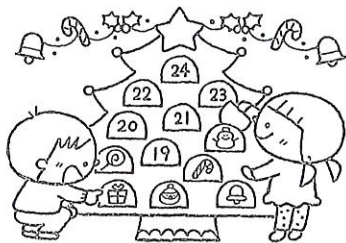
ものが、クリスマスの

飾りとしてできあがり

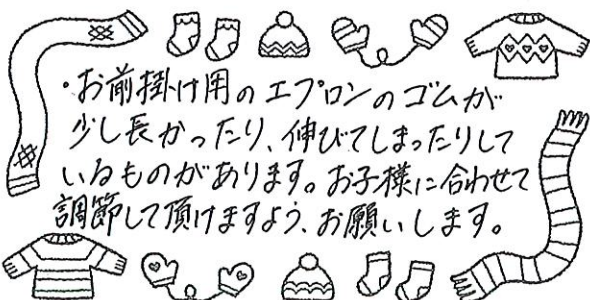
ました。お家にも持って

帰りますので、飾って

みてください。

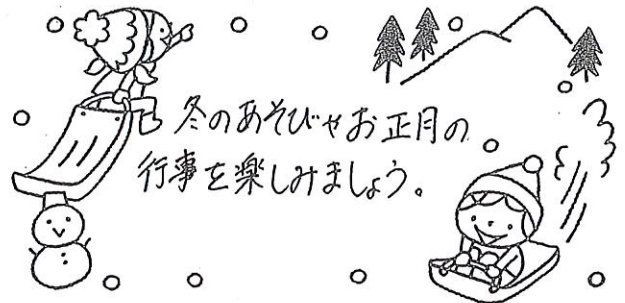


## お・ね・が・い



お前掛け用のエプロンのゴムが少し長かったり、伸びてしまったりしているものがあります。お子様に合わせて調節して頂きますよう、お願いします。

## 1がつのもくひょう



冬のお遊びやお正月の行事を楽しみましょう。

## あたらしいおともだち

さくらんぼ組に新しいお友だちが入りました!

みんなで楽しく過ごしていきたいと思います。

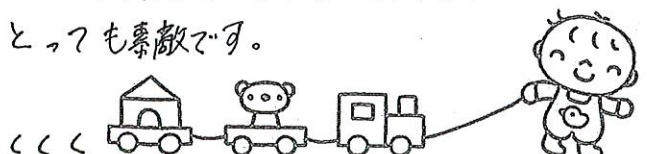


☆☆☆☆☆くん 絵本や音楽が大好きな男の子です。りんご組にお兄ちゃんがいる。

## お片付けできるかな?

最近、「はいはい(お片付け)をするよ」と声をかけると、「はいはい」と言いながらおもちゃを持ってきてくれたり、カゴに入れてくれたりと、一緒にお片付けをする姿があります。

とっても素敵です。



〈文責:熊谷〉



# 12月給食だより

R5. 12. 20.

今年も残りわずかとなり、時の流れが早く感じられます。インフルエンザも心配される今日この頃ですが、お休みするお友達も減ってきたので、みんなで元気に新年を迎えられるといいです。

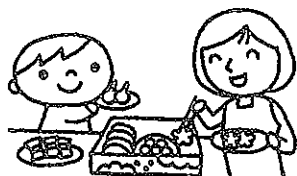
さて、この時期、お友達の楽しみと言えはクリスマスですね！ お音屋や玄関には、お友達が作ったクリスマスの飾り、大きなクリスマスツリーがあり、とても華やかで楽しい気分になさしてくれます。22日(金)は、クリスマス会でおいしいクリスマスランチを作りますので楽しみに来て下さい。

この日は丁度「冬至」にあたりますので、かぼちゃのサラダもできます。昔から冬至には、ビタミン類の豊富なかぼちゃを食べると風邪をひかないと言われていまして、ぜひご家庭の食卓にも取り入れてみて下さい。

年末、年始に向かい、生活のリズムが崩れやすくなる事もあるかと思いますが、早寝、早起きや、バランスの取れた食事、又天気の良い日は外で遊ぶなど、寒さに負けない体を作り、元気に過ごしましょう。

## 1がつのもくひょう

- 。 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



おせち料理は、もともと季節の変わり目などお祝いを行う日に、神様に供える料理の事で「お節供」が略されたものです。現在は、正月のみ出すようになりました。はとまでは二学期の終わりの25日(月)にいくつかお昼に食べます。

### <松風焼き>

表面にけしの実(はとまではごま)がパラパラとまぶしてあるので裏には何もありません。その姿から裏には何も無い、隠し事がない正直な生き方ができるように。

### <おなます>

紅白の配色が祝袋の水引に見える事からおめでたい事を連想。

### <きんとん>

きんとんを漢字にすると「金団」となり金運を呼ぶ縁起物。

### <年取汁>

大晦日に食される。縁起物の昆布(よるこんぶ)一年の身体の汚れを出す意味のこんにゃく。野菜は末広がりのイチョウや半月切りにして人々の願いがこもった縁起の良い料理。



### 1月7日は、土草粥

せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろ 春の土草!!  
お休み中ですが、お家で行事食を楽しんで下さい。

(文責: 田部)

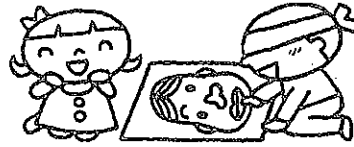




# 1月 こんだてひょう

認定こども園 ばどま

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 脂質	たんぱく質 食塩
1	月	元旦 冬休み							
2	火				冬休み				
3	水								
4	木	特別保育							
5	金								
6	土								
7	日								
8	月	成人の日							
9	火	始業式	カップゼリー	ご飯	七草入りご飯 鮭の塩焼き 野菜の煮物 そうめん汁	塩わかめ、小松菜 鮭、酒、塩 大根、蓮根、人参、鶏肉、昆布、他 かつお節、玉葱、人参、豆腐	コアコアプラス 棒ビスケット	235 (385) 6 (4.9)	16.4 (13.2) 1.5 (1.3)
10	水		茹で芋	ご飯	切干大根とひじきの炒め煮 台湾風和え物 りんご(0~1歳児加熱)	切干大根、ひじき、人参、油揚げ、他 ハム、にら、もやし、小女子、胡麻、他	干し柿入りケーキ 麦茶	267 (404) 9.2 (7.8)	12.3 (12.5) 1.3 (1.2)
11	木	お餅つき	スナックパン 牛乳	おはぎ	二色おはぎ ダイコンサラダ ずまし汁	きな粉、黒胡麻、砂糖、塩 大根、きゅうり、人参、わかめ、他 かつお節、人参、豆腐、なると、他	煎餅 オレンジジュース	198 (293) 3.8 (7.5)	7.2 (12.6) 1.2 (1.1)
12	金	えいごであそぼ!	ヨーグルト	ご飯	酢豚 なめこ汁 みかん	豚肉、玉葱、人参、干椎茸、他 煮干し、玉葱、人参、豆腐、なめこ、他	メロンパントースト 牛乳	479 (363) 18.4 (11.2)	20.4 (17.4) 1.9 (1.4)
13	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、他		220 (181) 6.5 (5.2)	9.2 (7.5) 0.5 (0.4)
14	日								
15	月		蒸しパン	ご飯	おでん風煮 磯辺和え オレンジ	さつま揚げ、ごぼう巻き、蒟蒻、他 ほうれん草、もやし、キャベツ、他	スペシャル クッキーサンド 牛乳	376 (454) 12 (8.3)	17.1 (15.3) 1.7 (1.5)
16	火	卒園修了写真	煎餅 牛乳	ねじりパン	チキンカツ レタス ワンタンスープ	鶏肉、卵、小麦粉、パン粉、ソース、他 レタス、塩 玉葱、人参、もやし、油揚げ、胡麻、他	アップルボンチ	267 (319) 8.6 (9.6)	12.4 (13.2) 0.8 (1.2)
17	水	誕生会	ビスケット ぶどう ジュース	ナン	カレー 味噌ドレッシングサラダ ミニゼリー	豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、油、他 ハム、キャベツ、きゅうり、人参、他	人参クッキー 牛乳	493 (534) 19.8 (15.4)	18.9 (17.4) 2 (2.0)
18	木	避難訓練	カップゼリー	コッペパン	肉団子と白菜のスープ コンビネーションサラダ りんご(0~1歳児加熱)	ミートボール、白菜、人参、春雨、他 レタス、きゅうり、コーン、わかめ、他	クラッカーサンド 飲むヨーグルト	353 (454) 12.3 (11.7)	10.7 (12.0) 1.5 (1.8)
19	金	園便り えいごであそぼ!	茹でじゃが	ご飯	魚のパーベキュー風 三輪漬け かきたま汁	マンダイ、りんご、レモン、醤油、他 大根、塩、砂糖、酢 かつお節、玉葱、人参、卵、葱、他	ピーチロールパン 牛乳	428 (459) 18.1 (12.1)	21.7 (17.0) 1.4 (1.1)
20	土			麺	醤油ラーメン バナナ	豚肉、人参、玉葱、もやし、他		192 (160) 2.2 (1.7)	7.9 (6.4) 1.1 (0.8)
21	日								
22	月		かぼちゃ マッシュ	ご飯	豚肉の生姜焼き 三色お浸し わかめスープ	豚肉、生姜、にんにく、醤油、他 ほうれん草、もやし、人参、醤油、他 玉葱、人参、コーン、胡麻、豆腐、他	りんごケーキ 牛乳	426 (453) 16.1 (9.7)	22.2 (16.3) 1.4 (1.0)
23	火		リゾット	チョコ サンドパン	ゆで豚のサラダ 春雨スープ バナナ	豚肉、人参、もやし、レタス、胡麻、他 ベーコン、人参、ほうれん草、他	ファイバー ヨーグルト 棒ビスケット	314 (428) 12 (11.7)	13.6 (15.1) 1.4 (1.8)
24	水	山雅運動教室	煎餅 牛乳	ご飯…ふりかけ	煮込みうどん そぼろ豆腐のサラダ りんご(0~1歳児加熱)	鶏肉、玉葱、人参、しめじ、なると、他 豆腐、マヨネーズ、シーチキン、他	フルーツゼリー	266 (411) 10 (12.1)	11.3 (14.5) 1.5 (1.5)
25	木		ヨーグルト	コッペパン	海鮮スパゲッティ フレンチサラダ 牛乳	ベーコン、イカ、玉葱、人参、他 キャベツ、きゅうり、みかん缶、他	きつねおにぎり 麦茶	500 (488) 15.2 (10.8)	17.7 (17.8) 1.7 (1.8)
26	金	一日入園 えいごであそぼ!	マカロニ 安宿川	ご飯	レバーの胡麻醤油味 昆布和え 味噌汁	豚レバー、胡麻、砂糖、醤油、生姜、他 キャベツ、きゅうり、人参、塩昆布、他 煮干し、じゃが芋、小松菜、豆腐、他	ココアクッキー 牛乳	499 (528) 23.6 (17.4)	22.2 19.5 1.5 (1.0)
27	土			麺	焼きそば カップゼリー	豚肉、玉葱、人参、キャベツ、他 かんでんば		274 (233) 4.8 (3.9)	7.8 (6.4) 1.3 (1.1)
28	日								
29	月		フルーチェ	ご飯	親子丼 磯香和え みかん	鶏肉、玉葱、人参、えのき、卵、他 ほうれん草、ひじき、海苔佃煮、他	フライドポテト 麦茶	427 (542) 22.3 (20.3)	15.7 (17.4) 1.1 (0.9)
30	火		コーン フレーク 牛乳	コッペパン	豆腐のコーンクリームあんかけ 華風サラダ りんご(0~1歳児加熱)	鶏肉、人参、玉葱、クリームコーン、他 きゅうり、もやし、人参、ハム、他	ヨーグルト パバロア	310 (428) 13.6 (15.8)	13.3 (17.1) 1.4 (1.8)
31	水	おはなしくらぶ ひよこくらぶ	うどん	ご飯	蹄の韓国風煮つけ わかめ和え むらくも汁	蹄、りんご、玉葱、にんにく、生姜、他 キャベツ、きゅうり、塩わかめ かつお節、卵、焼き鮭、えのき、他	おにまん 牛乳	488 (484) 21.7 (12.1)	25.3 (18.0) 1.4 (1.2)



	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)	400	14~26	13~19	260	1.5
(摂取平均量)	372	16.4	14.4	266	1.5
未満児(基準量)	460	15~23	10~16	220	1.5
(摂取平均量)	442	15.7	11.9	241	1.4

\* 割合により献立を変更する場合があります。