



令和6年10月28日

小野こども園

園庭の木々の葉も色づき、秋の深まりを感じる季節になりました。子どもたちは、園庭に落ちている葉っぱやどんぐりなどを拾い集め、遊びに使って楽しんでいます。運動会、園外保育等の活動を経験し、いろいろな面で成長が感じられます。また、友だち同士の結びつきも強くなりました。「友だちと一緒に頑張った！」という経験が毎日の活動にも表れ始めています、一人一人が、自分の思いを出し合い協力し合って活動し、充実した生活が送れるようにしていきたいと思っています。

これから、少しずつ寒くなってきますが、寒さに負けない丈夫な身体作りをしていきましょう。

11月 保育のねらい

★子ども一人一人の健康状態を把握しながら、薄着で過ごせるようにする。

★秋の自然に触れ、季節の変化に気付く。

★色々な遊びを通し協力して遊びを深めていく。



- 6日(水) 芋ほり(雨天時8日)
- 7日(木) 5才児園児交流会
- 12日(火) 就学前健康診断<河合・大部>
- 13日(水) // <小野>
- 14日(木) // <小野東>
- 20日(水) 5才児栄宏会デイサービスセンター訪問
身体計測
- 21日(木) 5才児すてっぴ教室参観
- 22日(金) 誕生会
- 26日(火) 0,1,2才児オープンスクール
避難訓練
- 27日(水) 3才児オープンスクール
- 28日(木) 4才児オープンスクール
- 29日(金) 5才児オープンスクール



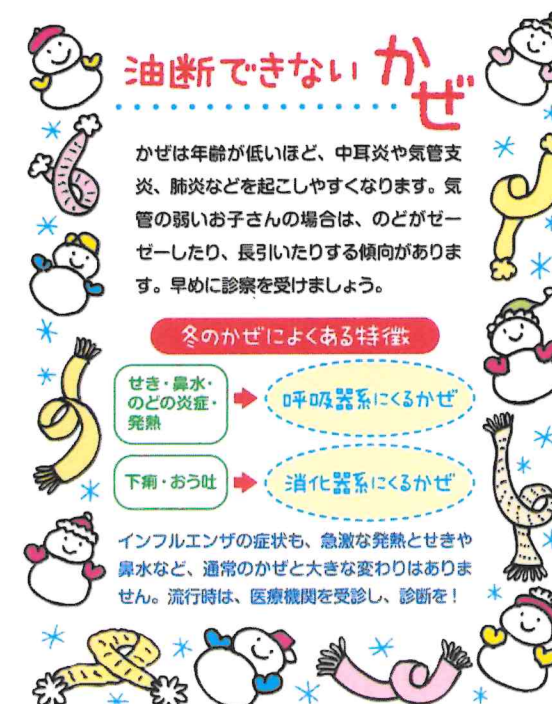
おしらせ・おねがい

- ☆ 11月から全員スモックを着用して来てください。
また、昼寝用の布団は、タオルケットから掛け布団に変えてきてください。
(0,1,2,3才児)
- ☆ 園外に出かける時に必要です。水筒に紐を付けて持って来てください。
(4,5才児)
- ☆ 25日から実習生が来ます。



- | | |
|--------------------|---------------|
| 11日(水) 元気が出る出るセミナー | 23日(月) 避難訓練 |
| 19日(木) すてっぴ教室 | 24日(火) クリスマス会 |
| 20日(金) 誕生会 | 27日(金) 保育納め |
| 身体計測 | 28日(土) 希望者保育 |
- ※幼稚園部は、25日(水)～1月9日(木)まで冬休み期間です。
保育園部は、28日(土)、1月4日(土)は、希望者保育です。
- ☆ 30日(月)～1月3日(金)まで正月休みです。

☆

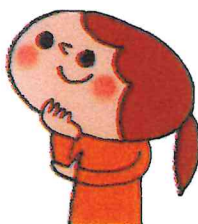


11月の給食だより

秋本番、紅葉が美しい季節になりました。子どもたちの体は春には身長が伸び、秋には体重が増えるといわれています。季節の食材を存分に味わって、これからの寒さに備えましょう。



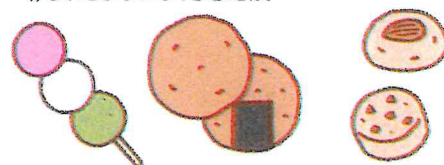
「食べないから」と言って、食卓に出さなくなるのはNG。本当に、その食材を食べなくなってしまう。食べなくても、大人がおいしく食べる様子を見たり、頻繁に食卓に出てきたりすることで、「おいしくな〜い」と言いつつ、口に運ぶことも。人は7回ほど口に入れたら、少しずつその味が食べられるようになるという研究データもありますから、長い目で見守っていきましょう。



縄文時代に日本に伝わった稲。現在では、日本各地で稲作が行われています。コメには、**デンプン**を中心に、**たんぱく質や脂肪、ミネラル、ビタミン**など、**必要な栄養素がバランスよく含まれています**。豆腐やみそなど、たんぱく質豊富な**ダイズ製品**と一緒に食べると、さらに**栄養バランスがアップ!**

み〜んな、おコメ!

コメは、団子やせんべいにもち、さらにはみりん、酢などの材料にもなっています。最近では、コメを使ったパンやパスタ、クッキーやケーキなども作られるようになりましたね。



今回は、「もずくのシャキシャキサラダ」を紹介します。

<材料>

生もずく 約200g
胡瓜 1本
キャベツ 100g
コーン 大さじ2
かにかま 50g

砂糖 適量
酢 適量
醤油 適量
胡麻油 適量

<作り方>

- ①もずくは食べやすい大きさに切り、さっと茹でる。
- ②胡瓜は千切りにし、軽く塩を振る。
- ③キャベツは2〜3cmの千切りにし、茹でて絞る。
- ④かにかまは2〜3cmに切り、ほぐす。
- ⑤①〜④をボウルに入れ、砂糖、酢、醤油で味付ける。
- ⑥仕上げに胡麻油で風味付けをする。

※人参を加えると、さらに彩り良く仕上がります。
(給食には入っています)
※市販の調味酢を使用すれば簡単☆
お好みで調味料を加えて、ご家庭の味にしてみてくださいね。

<< 11月 >> * 給食献立予定表 *

日曜	給食献立名	材	料	その他
1	魚のフライ	メルルーサ	人参 キャベツ 胡瓜	ソース
金	春雨サラダ 果物	ハム	ブロッコリー 梨	春雨 マヨネーズ 油
2	お好み焼き風卵焼き	豚ミンチ 卵 味噌	人参 キャベツ 青葱	油 米
土	味噌汁 果物	豆腐 油揚げ 生わかめ	パイン缶	ソース
5	マーボ豆腐 ゆで卵	豚ミンチ 豆腐 卵	人参 玉葱 エリンギ 青葱	片栗粉 胡麻油
火	春雨の酢の物 チーズ	ハム 生わかめ チーズ	胡瓜 土生姜	砂糖 胡麻 春雨
6	焼き魚	サバ	人参 蓮根 土牛蒡 いんげん	糸こんにやく
水	五目金平 果物	油揚げ 竹輪	ブロッコリー りんご	砂糖 胡麻 油
7	鶏肉の唐揚げ	鶏肉	人参 玉葱 土生姜 ブロッコリー	片栗粉 天ぷら粉
木	イタリアンスパゲティ ゼリー	ハム	しめじ カットトマト	スパゲティ 油
8	ハンバーグ 果物	鶏ミンチ 豆腐	人参 玉葱 トマトピューレ	パン粉 砂糖
金	じゃが芋とブロッコリーのサラダ	ハム	コーン ブロッコリー オレンジ	じゃが芋 マヨネーズ
9	そば飯	豚ミンチ 粉かつお 竹輪	人参 キャベツ 青葱	そば玉
土	味噌汁 果物	油揚げ 豆腐 味噌	パイン缶	米
11	コーンカレー ゆで卵	鶏肉	人参 玉葱 コーン 福神漬	じゃが芋
月	福神漬け 果物	卵 魚肉ソーセージ	ブロッコリー オレンジ	板こんにやく
12	大豆の五目煮	鶏肉 竹輪 油揚げ 大豆	人参 土牛蒡 蓮根 いんげん	板こんにやく
火	胡瓜の酢の物 果物	ハム 生わかめ	胡瓜 りんご	胡麻 砂糖
13	ひじきメンチカツ	鶏ミンチ ひじき 豆腐	人参 玉葱 ブロッコリー	油 小麦粉 パン粉
水	じゃが芋の金平	いんげん	いんげん	胡麻 砂糖 じゃが芋
14	煮魚	サワラ 生わかめ	人参 玉葱 青葱 ブロッコリー	砂糖
木	豆腐汁 果物	豆腐 油揚げ 味噌	しめじ パナナ	醤油 みりん
15	クリームシチュー ゆで卵	鶏肉 卵	人参 玉葱 しめじ	じゃが芋
金	ほうれん草とツナのサラダ 果物	ツナ ひじき	ほうれん草 コーン りんご	マヨネーズ
16	きつねうどん ゆで卵	油揚げ 卵	人参 しめじ 青葱	うどん 砂糖
土	鶏天 果物	鶏むね肉	パイン缶	天ぷら粉 油
18	豚肉と厚揚げの味噌炒め	豚肉 絹揚げ 竹輪 味噌	人参 玉葱 いんげん しめじ エリンギ	砂糖 板こんにやく
月	もずくのシャキシャキサラダ	カニカマ もずく	胡瓜 コーン キャベツ	胡麻油 砂糖
19	けんちん汁	豆腐 竹輪 油揚げ	人参 玉葱 大根 削牛蒡 青葱	里芋 板こんにやく
火	マグロカツ 果物	マグロ	パナナ	パン粉 小麦粉 油
20	炒り豆腐	鶏ミンチ 竹輪 豆腐	人参 玉葱 削牛蒡 青葱	板こんにやく 砂糖
水	大根とわかめのサラダ	ハム 生わかめ	大根 キャベツ	胡麻油
21	さつま揚げ	すり身	人参 玉葱 枝豆 コーン	油 パン粉
木	卵の花の炒り煮 果物	鶏ミンチ 卵の花 竹輪	大根 青葱 ブロッコリー りんご	砂糖 里芋
22	ハヤシライス チーズ	豚肉 チーズ	人参 玉葱 しめじ ブロッコリー	じゃが芋
金	マセドアンサラダ	ヨーグルト	コーン 胡瓜 キャベツ 南瓜	マヨネーズ 砂糖
25	高野豆腐の卵とじ	鶏ミンチ 竹輪 卵 高野	人参 玉葱 青葱	じゃが芋 砂糖
月	ひじきの酢の物	ハム 生ひじき	胡瓜 コーン	胡麻
26	オムレツ	ウインナー 卵 豆腐	人参 玉葱 ブロッコリー	マヨネーズ じゃが芋
火	ポテトサラダ 果物	ツナ	コーン 胡瓜 キャベツ パナナ	じゃが芋
27	八宝菜 ゆで卵	豚肉 かまぼこ	人参 玉葱 青梗菜	片栗粉
水	大学芋 海苔佃煮	卵	エリンギ キャベツ	油 さつま芋
28	おにササ のりたま	鶏胸肉	人参 玉葱 青葱 えのき	小麦粉 パン粉 油
木	味噌汁 果物	豆腐 油揚げ 味噌 生わかめ	オレンジ	ソース 塩 コショウ
29	卵入りひじきの炒り煮	豚肉 生ひじき 卵 大豆 竹輪	人参 蓮根 いんげん	板こんにやく 砂糖
金	ポパイサラダ	ウインナー 油揚げ	ほうれん草 コーン	マヨネーズ
30	チキンライス	鶏ミンチ	人参 玉葱 しめじ 青葱	米
土	スープ 果物	卵	ブロッコリー パイン缶	さつま芋
	手作りおやつ	ぼたぼた団子	クッキー	ケーキ

※3・4・5歳児は、1日(金)に白米(150g)持参してください。

11日(月)、28日(木)に使用しますので白いご飯はいりません。

※0・1・2歳児の10時のおやつには牛乳、全園児の15時のおやつにはスキムミルクを提供します。
尚、手作りおやつの日はお茶になります。

※果物は都合により、変更する場合があります。