



令和7年10月24日

小野こども園

園庭の木々の葉も色づきはじめ、少しずつ秋の気配が感じられ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。

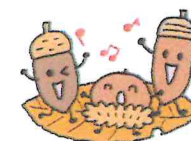
★色々な遊びを通し協力して遊びを深めていく。

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)



2日(火) 5才児グリコピア見学
3日(水) 大道芸観劇
11日(木) 元気がでるでるセミナー
(5才児と保護者)
16日(火) 5才児アルテ陶芸体験

18日(木) 5才児すてっぴ教室
24日(水) クリスマス会
27日(土) 保育納め

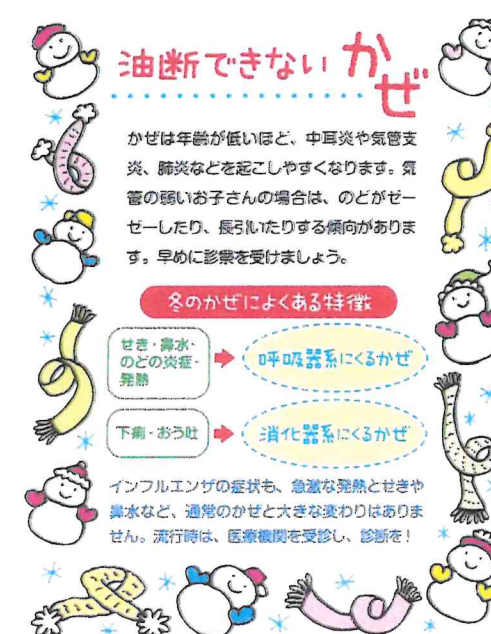
※幼稚園部は、25日(木)～1月9日(金)まで冬休み期間です。

保育園部は、28日(日)～1月4日(日)まで正月休みです。



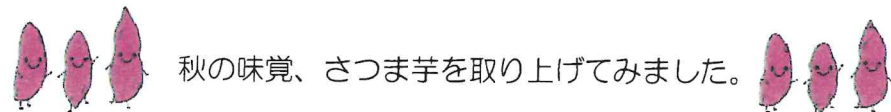
6日(木) 5才児園児交流会
10日(月) 4,5才児芋掘り (雨天13日)
12日(水) 5才児栄宏会デイサービスセンター訪問
18日(火) 誕生会
20日(木) 避難訓練
5才児すてっぴ教室
25日(火) 参観日0,1,2才児
26日(水) // 3才児
27日(木) // 4才児
28日(金) // 5才児

(5才児の保護者は、いきいき子育て教室への参加をお願いします。)



11月の給食だより

寒い冬が一步ずつ近づいて来ています。
インフルエンザの流行の時期もやって来ます。
この流行に打ち勝つために、バランスの取れた食事を心掛け、
病気に負けない体作りをしましょう。



秋の味覚、さつまいもを取り上げてみました。

効 果	栄 養
美肌	ビタミンC
腸内環境を整える	食物繊維
脳のエネルギー源を作る	ビタミンB ₁
むくみの原因の排出	カリウム
抗酸化作用で元気な 体づくりをサポート	ポリフェノール ビタミンC

NASAの宇宙食として
研究され、準完全食品
です。美容健康に効果的
な食材で、給食にも
使用します。

世界が認める「和食」

11 (いい) 2 (にほん) 4 (しょく) の語呂
合わせから、11 月 24 日は「和食の日」。
自然を大切にする日本人の気質に基づいた
伝統的な食文化が評価され、和食は、ユネ
スコ無形文化遺産に登録されています。

世界に認められた 和食の特徴

- ① 多様で新鮮な食材とその持ち味の尊重
- ② 健康的な食生活を支える栄養バランス
- ③ 自然の美しさや季節の移ろいの表現
- ④ 年中行事との密接なつながり

<< 11月 >> *給食献立予定表*

日 曜	給食献立名	材 料			
		血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーのもと	その他
1 土	チキンライス ゆで卵 スープ 果物	鶏ミンチ 卵	人参 玉葱 ブロッコリー しめじ もやし キャベツ パイン缶	油	コンソメ ケチャップ 塩 和風だし コショウ
4 火	焼き魚 五目金平 果物	サバ 油揚げ 竹輪	人参 蓮根 土牛蒡 いんげん ブロッコリー パナナ	糸こんにゃく 砂糖 胡麻 油	みりん 和風だし 醤油
5 水	コーンカレー ゆで卵 福神漬 果物	鶏肉 卵	人参 玉葱 コーン 福神漬 ブロッコリー オレンジ	じゃが芋	カレールー コショウ ソース
6 木	鶏肉の唐揚げ イタリアンスパゲティ 果物	鶏肉 ハム	人参 玉葱 土生姜 ブロッコリー しめじ カットマト パナナ	片栗粉 天ぷら粉 スパゲティ 油	塩 コショウ 醤油 コンソメ ケチャップ
7 金	高野豆腐の卵とじ ふりかけ ひじきの酢の物	鶏ミンチ 竹輪 卵 高野 ハム 生ひじき ふりかけ	人参 玉葱 青葱 胡瓜 コーン	じゃが芋 砂糖 胡麻	和風だし 醤油 塩 酢
8 土	ミートスパゲティ ゆで卵 サラダ 果物	鶏ミンチ 卵	人参 玉葱 カットマト ブロッコリー 胡瓜 パイン缶	スパゲティ 油 じゃが芋 マヨネーズ	コンソメ ケチャップ 塩 コショウ
10 月	魚のフライ ポテトサラダ 果物	メルルーサ ハム	人参 キャベツ 胡瓜 コーン ブロッコリー パナナ	小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ じゃが芋	ソース 塩 コショウ
11 火	マーボ豆腐 ゆで卵 春雨の酢の物	豚ミンチ 豆腐 卵 ハム 生わかめ	人参 玉葱 エリンギ 青葱 胡瓜 土生姜	片栗粉 胡麻油 砂糖 胡麻 春雨	中華だし 醤油 酢 塩 コショウ
12 水	豚肉と厚揚げの味噌炒め ツナもやし和え チーズ	豚肉 絹厚揚げ 竹輪 味噌 ツナ チーズ	人参 玉葱 いんげん しめじ 胡瓜 もやし コーン	砂糖 板こんにゃく 胡麻油	和風だし 醤油 酢 みりん
13 木	ハンバーグ じゃが芋とブロッコリーのサラダ 果物	鶏ミンチ 豆腐 ハム	人参 玉葱 コーン ブロッコリー りんご	パン粉 砂糖 じゃが芋 マヨネーズ	ケチャップ ソース 塩 コショウ 醤油
14 金	八宝菜 ゆで卵 大学芋 海苔佃煮	豚肉 かまぼこ 卵 海苔佃煮	人参 玉葱 青梗菜 エリンギ キャベツ	片栗粉 油 さつまいも	中華だし コショウ 塩
15 土	お好み焼き 果物	豚ミンチ 卵 粉かつお 竹輪 青のり	人参 キャベツ 青葱 パイン缶	お好み焼き粉 油 板こんにゃく 砂糖	ソース 和風だし 醤油
17 月	煮魚 豆腐汁 果物	サワラ 生わかめ 豆腐 油揚げ 味噌	人参 玉葱 ブロッコリー しめじ 青葱 パナナ	砂糖	醤油 みりん 和風だし
18 火	ハヤシライス マセドアンサラダ	豚肉 ヨーグルト	人参 玉葱 しめじ ブロッコリー コーン 胡瓜 キャベツ 南瓜	じゃが芋 マヨネーズ 砂糖	ハヤシライスルー 塩 コショウ
19 水	大豆の五目煮 胡麻昆布 わかめの酢の物	鶏肉 竹輪 油揚げ ハム 生わかめ 大豆	人参 土牛蒡 蓮根 いんげん 胡瓜 大根	板こんにゃく 砂糖	和風だし 醤油 酢 みりん
20 木	さつまいもご飯 豚汁	豚肉 豆腐 油揚げ 味噌	人参 玉葱 青葱 しめじ 削りごぼう	黒ゴマ 板こんにゃく	和風だし 塩
21 金	卵入りひじきの炒り煮 ポパイサラダ 果物	豚肉 生ひじき 大豆 竹輪 ウインナー 油揚げ 卵	人参 蓮根 いんげん 大根 ほうれん草 コーン オレンジ	板こんにゃく 砂糖 マヨネーズ	和風だし 醤油
22 土	五目うどん ゆで卵 天ぷら 果物	油揚げ 卵 竹輪 鶏むね肉	人参 青葱 しめじ 玉葱 南瓜 パイン缶	うどん 砂糖 天ぷら粉 油	和風だし 醤油 塩 みりん
25 火	ひじきメンチカツ チーズ 春雨サラダ	鶏ミンチ ひじき 豆腐 ハム チーズ	人参 玉葱 ブロッコリー 胡瓜 キャベツ	油 小麦粉 パン粉 春雨 マヨネーズ	塩 コショウ ソース
26 水	オムレツ じゃが芋の金平 果物	ウインナー 卵 豆腐	人参 玉葱 ブロッコリー いんげん パナナ	砂糖 油 じゃが芋 胡麻	ケチャップ 塩 コショウ 醤油 和風だし
27 木	炒り豆腐 ほうれん草とツナのサラダ 果物	鶏ミンチ 竹輪 豆腐 ツナ ひじき	人参 玉葱 削牛蒡 青葱 ほうれん草 コーン りんご	板こんにゃく 砂糖 マヨネーズ	和風だし 塩 醤油
28 金	さつまいも揚げ 大豆と春雨のサラダ	すり身 ツナ 大豆	人参 玉葱 枝豆 ブロッコリー 胡瓜 コーン	油 パン粉 春雨 砂糖	酢 醤油
29 土	きのこご飯 卵焼き 味噌汁 果物	鶏肉 生わかめ 豆腐 油揚げ 味噌	人参 しめじ 玉葱 青葱 えのき パイン缶	砂糖 油	みりん 醤油 和風だし 塩
手作りおやつ		ごま団子		クッキー	
				ケーキ	

※3・4・5歳児は、4日(火)に白米(150g)持参してください。

5日(水)、20日(木)に持参した白米を使用しますので、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。