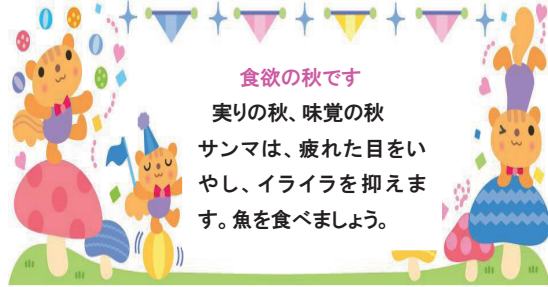


# 10がつこんだて

平成26年10月1日 山田町 第一保育所

## あきのみかくにふれよう



食欲の秋です

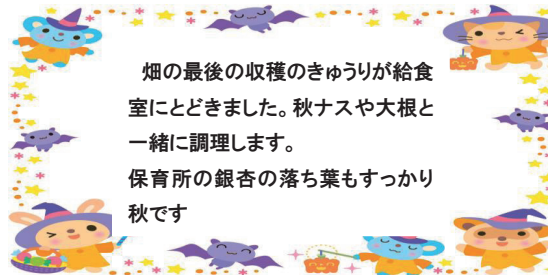
実りの秋、味覚の秋

サンマは、疲れた目をい  
やし、イライラを抑えま  
す。魚を食べましょう。

### 今月の予定

- 1日 リズム集会 18日 保育を共に考える
- 7日 中学生職場体験 22日 避難訓練
- 8日 年長組 親子遠足 26日 味わいまつり虎舞
- 10日 歯科検診 10:00 29日 祖父母誕生会
- 15日 内科検診 13:00
- 16日 誕生会
- 17日 年長組 就学時検診

26日 虎舞



畑の最後の収穫のきゅうりが給食  
室にとどきました。秋ナスや大根と  
一緒に調理します。

保育所の銀杏の落ち葉もすっかり  
秋です

日	曜	午前おやつ (未満児)	昼 食		全園児午後のおやつ	栄養価カロリー	
			全 園 児			未満児	以上児
1	水	牛乳・ウエハース	マカロニグラタン・スパゲッティーサラダ・枝豆・味噌汁・果物		ヨーグルト	525	399
2	木	牛乳・マンナ	シューマイ・大豆サラダ・トマト・味噌汁・果物		牛乳・プリッツ	450	318
3	金	牛乳・ビスコ	鶏肉の味噌漬焼き・しゅうゆフレンチ・ピーマンソテー・すまし汁・果物		牛乳・せんべい	497	358
4	土	牛乳・せんべい	スパゲッティーナポリタン・100%ジュース・果物		お菓子	375	333
5	日						
6	月	牛乳・プリッツ	さんまのチーズ焼・野菜の五目煮・ブロッコリー炒め・味噌汁・果物		牛乳・ビスケット	505	372
7	火	牛乳・クラッカー	鶏肉のごま唐揚げ・シルバーサラダ・青菜ともやしのナムル・味噌汁・果物		牛乳・フレークファッチ	622	489
8	水	フルーツヨーグルト	たらの洋風焼・パンブキンサラダ・トマト・すまし汁・果物		牛乳・ミニパン	450	332
9	木	豆乳・クッキー	鶏肉の照り焼き・じゃがいもの炒め煮・ブロッコリーのおかか和え・味噌汁・果物		牛乳・プリッツ	521	320
10	金	牛乳・クロワッサン	豚肉の生姜焼き・大根サラダ・さつま芋の甘煮・味噌汁・果物		牛乳・さつま芋のガレット	585	441
11	土	牛乳・ビスケット	カレーうどん・乳酸飲料・果物		お菓子	336	271
12	日						
13	月		体 育 の 日				
14	火	牛乳・えびせん	ひじき入り厚焼き卵・ごぼうサラダ・枝豆・味噌汁・果物		牛乳・かりんとう	487	338
15	水	牛乳・バナナ	マーボー豆腐・中華サラダ・ちくわの磯部揚げ・果物・味噌汁		フルーツゼリー	602	470
16	木	ヨーグルト	誕 生 会		牛乳・バームクーヘン	688	690
17	金	豆乳・ジャムパン	鮭のマヨネーズ焼・きのこスパゲッティーソテー・粉ふき芋・味噌汁・果物		牛乳・団子	448	309
18	土	牛乳・せんべい	親子丼・すまし汁・ミニゼリー			420	349
19	日						
20	月	牛乳・とんがりコーン	鶏肉のマーマレード焼き・マカロニサラダ・かぼちゃ煮・味噌汁・果物		ヨーグルト	587	441
21	火	牛乳・バナナ	サンマの蒲焼・大根とツナのサラダ・トマト・味噌汁・果物		牛乳・ミニパン	519	388
22	水	100%ジュース・クッキー	ハンバーグ・スパゲッティーソテー・フレンチハムサラダ・味噌汁・果物		牛乳・山田せんべい	498	334
23	木	牛乳・ミニカステラ	カレーライス・グリーンサラダ・ポイルウインナー・スープ・果物		牛乳・とんがりコーン	616	493
24	金	牛乳・ビスケット	たらの香り揚げ・五目大豆煮・フレンチサラダ・味噌汁・果物		牛乳・チョコ蒸しパン	581	334
25	土	牛乳・ウエハース	タコライス・牛乳・果物			328	340
26	日						
27	月	牛乳・クラッカー	たこ天・和風サラダ・トマト・スープ・果物		牛乳・えびせん	566	415
28	火	豆乳・ビスケット	えび入り厚焼き卵・千切り野菜の炒め煮・ほうれん草のごま和え・味噌汁・果物		牛乳・カステラ	406	310
29	水	牛乳・おっとと	豚肉のごまだれ焼き・和風サラダ・枝豆・味噌汁・果物		乳酸飲料・クッキー	440	351
30	木	牛乳・バナナ	たらフライ・大豆とウインナーのトマト煮・ブロッコリー添え・味噌汁・果物		牛乳・とんがりコーン	544	374
31	金	牛乳・カステラ	すき焼き風煮・青菜の板かま和え・さつま芋のレモン煮・味噌汁・果物		牛乳・ビスケット	400	330