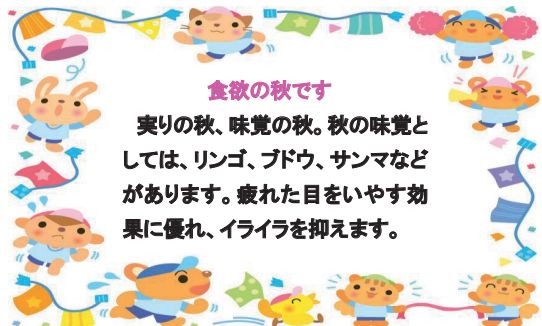


10がつこんだて

平成 29 年 10 月 1 日 山田町第一保育所

あきのみかくにふれよう

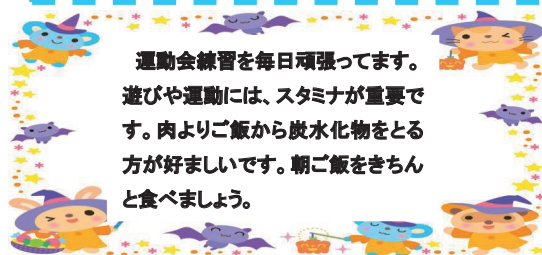


食欲の秋です

爽りの秋、味覚の秋。秋の味覚としては、リンゴ、ブドウ、サンマなどがあります。疲れた目をいやす効果に優れ、イライラを抑えます。

今月の予定

- 6 日(金) 年長組親子遠足 20 日(金) 祖父母交流会
- 7 日(土) 運動会総練習 27 日(金) 誕生会
- 8 日(日) 運動会
- 13 日(金) 年長組どんぐり拾い
- 18 日(水) 避難訓練



運動会練習を毎日頑張ってます。遊びや運動には、スタミナが重要です。肉よりご飯から炭水化物をとる方が好ましいです。朝ご飯をきちんと食べましょう。

誕生会メニュー 27 日(金)

- ・炊き込みご飯 ・フライドポテト
- ・鶏肉の竜田揚げ ・スープ
- ・スイートポテトサラダ ・フルーツ



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	日					
2	月	牛乳・ミニドーナツ	八宝菜・春雨サラダ・枝豆・豆腐の味噌汁・バナナ	牛乳・とんがりコーン	470	510
3	火	牛乳・せんべい	タラのパン粉焼き・野菜の五目煮・浸し和え・大根の味噌汁・りんご	牛乳★アメリカンドック	470	490
4	水	牛乳・動物クッキー	カレーライス・フレンチサラダ・ポイルウインナー・野菜スープ・グレープフルーツ	牛乳・ビスケット	523	570
5	木	牛乳・十勝パン	ひじきの厚焼き卵・スパゲッティソーテ・ツナ和え・大根の味噌汁・なし	牛乳★カステラ	410	460
6	金	牛乳・プリッツ	鮭のホイル焼き・しらす和え・トマト・キャベツの味噌汁・バナナ (すみれ組思い出遠足)	牛乳★蒸しチーズパン	490	523
7	土	牛乳・せんべい	クリームパン・100%ジュース・ミニゼリー 総練習	麦茶・お菓子		
8	日		運 動 会			
9	月					
10	火	牛乳・パームクーヘン	さわらのチーズ焼き・ヤングコーンの菜炒め・卵と若布のソーテ・なめこ汁・バナナ	牛乳★手作りパン	480	575
11	水	牛乳・バナナ	スコッチエッグ・コーンサラダ・トマト・コンソメスープ・柿	牛乳★いちごのケーキ	490	530
12	木	牛乳・ミニパン	鶏肉の照り焼き・大根サラダ・茹でブロッコリー・白菜の味噌汁・バナナ	牛乳・星食べよう	420	490
13	金	牛乳・せんべい	鮭の塩焼き・ジャーマンポテト・中華サラダ・肉団子スープ・柿	フルーツゼリー	430	498
14	土	牛乳・プリッツ	豚汁・おにぎり・グレープフルーツ	麦茶・お菓子		
15	日					
16	月	牛乳・ビスコ	すき焼き風煮・大根とツナのサラダ・トマト・豆腐の味噌汁・バナナ	牛乳・ビスケット	444	480
17	火	牛乳・プリッツ	タラのオレンジ揚げ・青菜の板かま和え・茹でブロッコリー・厚揚げの味噌汁・りんご	牛乳★ゆべし	460	560
18	水	フルーツヨーグルト	マカロニグラタン・ブロッコリーおかか和え・トマト・きのこの味噌汁・バナナ	ヨーグルト・ウエハース	502	520
19	木	牛乳・ウエハース	鮭のマヨネーズ焼き・炒合菜・さつま芋のレモン煮・キャベツの味噌汁・なし	牛乳★サターアンダギ	480	530
20	金	牛乳・おととと	メンチカツ・三色コールスロー・すまし汁・オレンジ	牛乳★おにぎり	468	570
21	土	牛乳・えびせん	チキンライス・スープ・バナナ	麦茶・お菓子		
22	日					
23	月	牛乳・とんがりコーン	鮭の西京焼き・千切り野菜の炒め煮・かぼちゃの甘煮・バナナ	ヨーグルト・リッツ	420	490
24	火	牛乳・ビスケット	揚げ豆腐・春雨ソーテ・きゅうりの中華和え・大根の味噌汁・柿	牛乳★パンキンケーキ	440	520
25	水	牛乳・ビスコ	鶏肉の甘辛煮・フレンチサラダ・ゆかり和え・若布スープ・グレープフルーツ	牛乳★ジャムサンド	475	536
26	木	牛乳・十勝パン	タコ天・和風サラダ・ナムル・白菜の味噌汁・バナナ	牛乳・とんがりコーン	499	570
27	金	牛乳・オレンジ	誕 生 会	牛乳★小麦だんご	578	600
28	土	牛乳・せんべい	カレーライス・スープ・バナナ	麦茶・お菓子		
29	日					
30	月	牛乳・オレンジ	鶏肉のごま味噌焼き・スパサラダ・ほうれん草のごま和え・卵のスープ・バナナ	牛乳★フレークファッジ	450	560
31	火	牛乳・サッポロポテト	ハンバーグ・スパゲッティ・ハムサラダ・たけのこスープ・バナナ	牛乳・とんがりコーン	490	538