行事予定・献立表

日	曜日	行事予定	献立表 献立名	未満児左記メニュー以外	おやつ
1	水	歯科健診　身体計測	ほっけ塩焼き　しらす納豆　なめたけ和え　味噌汁　梨	ご飯　トマト	カルピス　お菓子
2	木	内科健診 職員給食会議	ハンバーグ　さつまいもサラダ　味噌汁　バナナ	ご飯　鮭フレーク	牛乳　お菓子
3	金		きのことコーンカレー　福神漬　和風サラダ　ヨーグルト	ご飯　ウインナー	牛乳　お菓子 きになる野菜
4	土		親子煮　いんげんごま味噌和え　味噌汁　オレンジ	ご飯　ふりかけ	牛乳　お菓子
5	日				
6	月	猿賀権現例大祭	すき焼き風煮　五目ひじき炒め　フルーチェ	ご飯　岩のり	牛乳　ヤクルト スイートポテト
7	火		ミートソーススパゲティ　野菜と卵スープ　ゼリー	チーズ	牛乳 わかめおにぎり
8	水		さばのカレー煮　マカロニサラダ　味噌汁　ぶどう	ご飯　納豆	豆乳　ミルメーク お菓子
9	木	異文化交流	コロッケ　サニーレタス　かみかみサラダ　味噌汁　バナナ	ご飯　ふりかけ	牛乳　お菓子
10	金		かぼちゃシチュー　ツナ卵和え　ヨーグルト	ご飯　トマト	牛乳　お菓子 きになる野菜
11	土		肉じゃが　酢の物　味噌汁　柿	ご飯　煮豆	牛乳　お菓子
12	日				
13	月	スポーツの日			
14	火		なめこうどん　ゆで卵　えびしゅうまい　梨	玉子豆腐	牛乳 おにぎり
15	水		赤魚のから揚げ　納豆　塩昆布和え　すまし汁　ぶどう	ご飯　プチゼリー	カルピス　お菓子
16	木		ミートボール　レタス　ポテトサラダ　味噌汁　柿	ご飯　チーズ	牛乳　お菓子
17	金	食育の日	麻婆豆腐　野菜たっぷりチヂミ　わかめ卵スープ　ゼリー	ご飯　ウインナー	牛乳　ジョア あんぱんまん蒸パン
18	土		三色丼　和風サラスパ　味噌汁　りんご	ご飯　トマト	牛乳　お菓子
19	日				
20	月		ポトフ　かぼちゃそぼろ煮　フルーチェ	ご飯　岩のり	牛乳　スポロン お菓子
21	火		あんかけしょうゆラーメン　ゆで卵　ぎょうざ　梨	豆腐	牛乳 ツナのりおにぎり
22	水		さんまおかか煮　きんぴらごぼう　きのこ汁　柿	ご飯　ウインナー	豆乳　ミルメーク お菓子
23	木		納豆ちくわ天　わかめサラダ　味噌汁　ゼリー	ご飯　鮭フレーク	牛乳　お菓子
24	金	交通安全の日	えびときのこカレー　福神漬　ひじきサラダ　ヨーグルト	ご飯　チーズ	牛乳　お菓子 ぶどうジュース
25	土		筑前煮　ツナサラダ　味噌汁　りんご	ご飯　ふりかけ	牛乳　お菓子
26	日				
27	月		さつま汁　切干大根炒め　フルーチェ	ご飯　岩のり	牛乳　スポロン お菓子
28	火		かきたまうどん　れんこんきんぴら　オレンジ	煮豆	牛乳 たぬきおにぎり
29	水		たらフライ　まめまめサラダ　味噌汁　ゼリー	ご飯　鮭フレーク	カルピス　お菓子
30	木		きのこあんかけ豆腐　野菜納豆和え　味噌汁　梨	ご飯　ふりかけ	牛乳　お菓子
31	金	たけのこ　献立表配付	ハロウィンハヤシ　かぼちゃサラダ　マカロニスープ	プチゼリー	牛乳　ジュース おばけプリン



朝晩がすこーし過ごしやすいと感じたとたんに、一気に秋の感じですね。秋は「実りの秋」…新米やさんま、さば、りんごやぶどう、梨、きのこなど旬の食材をお家でも味わいましょう(^^♪



10 たけのこ

令和7年度
薄市こども園
No.187

目標

●ひまわりぐみ
秋の自然に興味・関心を深め、触れたり遊びに取り入れたりして楽しむ

●ゆり・ちゅうりっぷぐみ
気候の変化に応じて衣服の調節をしたり手洗いやうがいをして健康に過ごす

●たんぽぽぐみ
「自分で」と主張しながら簡単な身の回りのことを自分でしようとする

10月に入り、一段と空が高くなりました。過ごしやすい季節となり、園庭ではバッタ探しに息を潜め、つかまえようとする子どもたちの様子が見られます。また、お店ではハロウィンの飾りが増えてきました。季節や行事をきっかけに色との出会いを楽しみながら、色彩感覚が豊かになるといいなと思っています。
子どもたちは11月の町民祭文化祭や発表会に向けて毎日練習を重ねています。楽しみにしていてくださいね。

10月生まれのお友達



絵本大好き

子どもたちは絵本が大好きです。お気に入りの本は何度も「読んで～」と持ってきます。読み聞かせをはじめるとお話の中に引き込まれたかのように目を輝かせて見ています。読書の秋のこの時期ご家庭でもぜひ親子でお気に入りの絵本を探して読んでみてはいかがでしょうか。



秋かぜに注意

秋は気温の変化が激しいため風邪を引きやすくなります。手洗い、うがいをこまめに行う習慣をつけ規則正しい生活で風邪を寄せ付けないようにしましょう。また、咳、鼻水などの症状が出たら早めの受診をお願いします。

おしらせ＆おねがい

●1日(水)歯科健診・2日(木)内科健診があります。できるだけお休みしないようにお願いします。

●6日(月)猿賀権現例大祭(富野)にひまわりゆり・ちゅうりっぷ組さんが参加します。

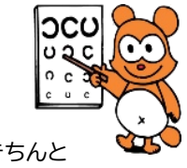
●登降園時、駐車場から園までの移動の際は、必ず子どもと手をつないで歩いてください。

●中泊町民文化祭は11月3日(月)に行われます。子どもたちの作品やひまわり・ゆり組さんのステージ発表があります。応援よろしくお願いします。

●　先生が10月30日(木)から産休に入ります。発表会の準備等がありますので10月からゆり組さんは　先生が受け持つことになりました。よろしくお願いします。



10月10日は目の愛護デー



目にやさしい生活をしましょう

＊睡眠をしっかりとりましょう
ずっと働いている目を休めるには、睡眠をきちんととることが大切です

＊ゲームやテレビ、スマートフォンは時間を決めて使いましょう
動く画面を近い距離から見続けることは視力低下につながります

＊前髪をスッキリさせましょう
●前髪が目にかかると目の表面を傷つけてしまう●チラチラして目が疲れる●ものもらいの原因になります

子どもの目は毎日発達しています。姿勢や体の動かし方が関係しているそうです。秋晴れのお休みには、外遊びで充分体を動かしましょう。