

# 園だより (R3 年度 11 月)

教育目標 明るく素直な子  
こばとこども園 園長 稲葉俊英

秋が駆け足で過ぎ、冬の足音さえ聞こえてくるような寒さになってきました。

先日の運動会の参観・応援ありがとうございました。子供たち一人ひとりが保護者の皆様の前で『頑張っているところを見て！！』とばかりの表情でした。暖かな目で応援していただきありがとうございました。また、その場でのお父様たちの大道具の出し入れのお手伝いも率先して来て下さり、本当に助かりました。暑い中での応援、お手伝いをありがとうございました。

今後は、ごっこ遊び中心に「生活発表会」に向けて学年ごとの活動からクラスごとの活動にかわってきます。クラスみんなで一つの遊びを楽しみ、創り上げていきます。楽しみにしててください。



## \*お知らせ\*



12月4日(土)に予定している「生活発表会」でも、参観者の方には健康調査を行います。引き続きのご協力をよろしくお願いいたします。



・2号認定の保護者様、12月6日(月)の発表会翌日の保育を欠席されるお子様はパステルにて入力してください。



1号冬休みランド、2号冬季の教育・保育の申込みについては後日配付する「長期休業ランド」「2号冬季教育保育」を確認の上、お申し込みください。



\*12月28日(火)は創立記念日のため、なるべくご家庭でお過ごしください。

\*12月29日(水)～1月3日(月)まで完全閉庁になります。

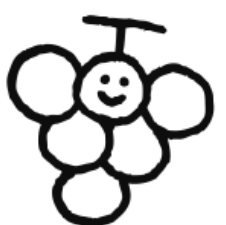


### いちご組の紹介

篠崎 いおりくん

大村 はるなちゃん

11月から入園します。いっぱい遊ぼうね！！



## 11月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土	その他お知らせ
31	11月1日 衣替え・安全の日 リズム	2	3 文化の日	4	5	6 2号認定 希望保育	<p>&lt;衣替え&gt; 1(月) *胸名札自宅で保管 冬制服・園帽・半ズボンでの登降園。お弁当の日はカラー帽子。</p> <p>&lt;保育参観週間&gt; 2(火) 4(木) 5(金) ・9:30~10:15までとなります。マスク着用。 持ち物・・・けんこうチェック表・上履き・戸外での参観も有。</p>
		← 保育参観週間 →					
7	8 年長絵本返却日	9 リズム ちびっこ開放日(リズム)	10 諸経費引落日	11	12 お弁当 親子降園 職員会議・消訓 年中絵本の貸出日	13 2号認定 希望保育	<p>けんこうチェック表は忘れずに持参してください。</p> <p>&lt;12日お弁当の日&gt; ・この日は学年によって計画があります。詳しくは学年だよりを御確認ください。</p> <p>&lt;坐禅・誕生会&gt; 17(水) ・坐禅→9:30から行います。 ・誕生会→10:00から。玄関にて受付。</p>
14	15 年中絵本返却日	16 諸経費引落日	17 坐禅 11月生まれ誕生会	18	19 年少いちご絵本の貸出	20 2号認定 希望保育	<p>けんこうチェック表を忘れずに持参してください。</p> <p>&lt;発表会総練習&gt; ①30(火) ②12/1(水) ・2日間に分けて総練習(写真撮影)を行います。</p>
21	22 年少いちご絵本返却日 諸経費引落日	23 勤労感謝の日	24	25	26	27 2号認定 希望保育	<p>2日間とも「お弁当の日」になります。</p> <p>両日ともに半袖体操着を着用してきてください。 *園児の総練習になります。保護者の方の参加は無しです。 ご了承ください。</p> <p>&lt;防災食試食&gt; 30(火) 1(水) お弁当の日 ・防災食の試食を行います。ほんの1口程度を食べます。</p>
28	29	30 お弁当 総練習① 避難訓練(防災食試食)	12月1日 お弁当 総練習②	2	3 1号半日11時保育 2号通常保育 午後前日準備	4 第63回 生活発表会 (各クラス毎)	<p>12月の予定</p> <p>・6日 1号振替休日 2号通常保育 ・7日 成道会 ・9日 餅つき大会 ・17日から半日11時保育 ・17・20・21日 年長個人面談 ・22日 終業式・職員会議</p>

# 11月 献立表

こばと・乳幼児食(3才以上児)

月	火	水	木	金
1 白ライス ささみフライ 野菜カレー炒め 青菜のおかか和え ミニゼリー(ストロベリー) みそ汁(豆腐とわかめ)	2 白ライス さばのおろし煮 れんこん饅頭 人参ときゅうりのサラダ フルーツ(みかん) みそ汁(小松菜と白菜)	3 	4 ツナごはん ハムカツ 春雨五目炒め レンコンサラダ ミニゼリー(青りんご) 野菜スープ	5 白ライス 焼肉風 スマイルポテト 青菜の海苔和え フルーツ(もも) みそ汁(大根と油揚げ)
8 ふりかけごはん ヒレカツ 青菜ソテー ポテトサラダ ミニゼリー(グレープ) みそ汁(白菜とえのき)	9 白ライス 鶏のごまみそ焼き もちりちー丸 中華旨煮 パイン缶 すまし汁	10 ハヤシライス 星オムレツ ツナマヨサラダ ミニゼリー(青りんご) 	11 白ライス 鮭のクリームソースがけ スパゲティソテー ブロッコリーのサラダ フルーツ(黄桃缶) 野菜スープ	12 おべんとうの日 《年長・年中クッキング》 詳細は後日お知らせします 
15 白ライス 肉団子甘酢あん ツナオニオン ごまマヨサラダ ミニゼリー(ストロベリー) みそ汁(小松菜と人参)	16 すき焼き風丼 厚焼き玉子 青菜のおひたし りんご みそ汁(大根と油揚げ) 	17 ミルク山パン 野菜入りメンチカツ 野菜の甘辛炒め マカロニサラダ ミニゼリー(グレープ) コーンスープ 牛乳	18 白ライス 鶏の唐揚げ さつま芋と小松菜の甘辛炒め 大根サラダ フルーツ(みかん) すまし汁	19 白ライス たらと春雨の中華あんかけ 餃子 キャベツのサラダ イチゴ杏仁 中華スープ
22 白ライス 厚揚げの炒め物 中華春巻き 春雨サラダ ミニゼリー(青りんご) みそ汁(大根とわかめ)	23 	24 わかめごはん 白身魚のフライ ブロッコリーのソテー 里芋のごまみそ和え パイン缶 すまし汁	25 和風カレーうどん しゅうまい きゅうりとわかめのサラダ みかん	26 白ライス さばの利休焼き風 五目しんじょ 大根のそぼろ煮 さつまいも甘煮 みそ汁(白菜とねぎ)
29 ふりかけごはん エビカツ スパゲティナポリタン ごぼうサラダ ミニゼリー(グレープ) 野菜スープ	30 おべんとうの日 《防災食試食》 詳細は後日お知らせします 			

こめやフードサービスみのりキッチン

令和3年 11月 こんだてひょう

こばと(3才以上児)

こめやフードサービスみのりキッチン

日付	給食	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩
1(月)	白ライス、ささみフライ、野菜カレー炒め、青菜のおかかかえ、ミニゼリー(ストロベリー)、みそ汁(豆腐とわかめ)	ささみフライ30g、ウインナースライス、かつお節、冷凍豆腐	めし、陸稲・精白米、油、砂糖、ミニゼリー	むき玉葱、たけのこ干切り、アスパラガス(グリーン)、ピーマンスライス、赤、小松菜、にんじん、	ソース、カレー粉、塩、チキンコンソメ、しょうゆ、和風だし駿河、赤味噌、白味噌	405kcal 13.4g 9.3g 2.5g
2(火)	白ライス、さばのおろし煮、れんこん饅頭、人参ときゅうりのサラダ、フルーツ(みかん)、みそ汁(小松菜と白菜)	骨なしさば切り身30g、れんこん饅頭	めし、陸稲・精白米、油、砂糖、かたくり粉	大根、青ねぎ、にんじん、きゅうり、コーン、みかん缶、小松菜、白菜	塩、和風だし駿河、しょうゆ、酒、和風ドレッシング、赤味噌、白味噌	382kcal 14.2g 8.8g 2.3g
4(木)	ツナごはん、ハムカツ、春雨五目炒め、レンコンサラダ、ミニゼリー(青りんご)、野菜スープ	ツナ、鶏挽肉	めし、陸稲・精白米、油、砂糖、はるさめ、ごま油、ノンエッグマヨネーズ、ミニゼリー	冷凍たまねぎみじん切り、カットマト、にんじん、むき玉葱、にら、れんこん水煮スライス、	しょうゆ、酒、ハムかつ、ケチャップ、チキンコンソメ、塩	467kcal 10.9g 11.7g 2.7g
5(金)	白ライス、焼肉風、スマイルポテト、青菜の海苔和え、フルーツ(もも)、みそ汁(大根と油揚げ)	豚小間、刻みのり、刻み揚げ	めし、陸稲・精白米、油、砂糖、ポテト	むき玉葱、にんじん、ピーマンスライス、小松菜、キャベツ、ダイスカット黄桃缶、大根	しょうゆ、みりん、風調味料、和風だし駿河、塩、白味噌、赤味噌	433kcal 14.5g 12.3g 2.4g
8(月)	ふりかけごはん、ヒレカツ、青菜ソテー、ポテトサラダ、ミニゼリー(グレープ)、みそ汁(白菜とえのき)	ヒレカツ、蒸し鶏ほぐし	めし、陸稲・精白米、油、チルドポテト、ノンエッグマヨネーズ、ミニゼリー	小松菜、コーン、むき玉葱、にんじん、きゅうり、白菜、えのきたけ水煮、青ねぎ	ふりかけ(いろいろやさい)、ソース、チキンコンソメ、塩、赤味噌、白味噌、和風だし駿河	398kcal 11.4g 9.3g 2.5g
9(火)	白ライス、鶏のごまみそ焼き、もっちりちー丸、中華旨煮、パン缶、すまし汁	鶏もも開き40g、もっちりちー丸、豚小間	めし、陸稲・精白米、砂糖、すりごま、ごま油、かたくり粉、ごま油、ふ	白菜、むき玉葱、たけのこ、いちょう、パイナップル(缶詰)、小松菜、にんじん	白味噌、しょうゆ、みりん、風調味料、酒、チャンポン、塩、和風だし駿河	435kcal 16.0g 11.4g 2.4g
10(水)	ハヤシライス、星オムレツ、ツナマヨサラダ、ミニゼリー(青りんご)	豚小間、星型ブレンオムレツ、ツナ	めし、陸稲・精白米、ノンエッグマヨネーズ、ミニゼリー	むき玉葱、にんじん、マッシュルームスライス、キャベツ、きゅうり	ハヤシルー、デミグラスソース缶	466kcal 12.8g 14.2g 3.0g
11(木)	白ライス、鮭のクリームソースがけ、スパゲティソテー、ブロッコリーのサラダ、フルーツ(黄桃缶)、野菜スープ	さけ30g、蒸し鶏ほぐし	めし、陸稲・精白米、油、ミニスパゲッティ	むき玉葱、グリーンピース、小松菜、ブロッコリー、にんじん、コーン、ダイスカット黄桃缶、	シチュールー(アレルフリー)、チキンコンソメ、塩、和風ドレッシング、しょうゆ	368kcal 14.1g 5.8g 2.4g
15(月)	白ライス、肉団子甘酢あん、ツナオニオン、ごまマヨサラダ、ミニゼリー(ストロベリー)、みそ汁(小松菜と人参)	FM肉団子たれつき、ツナ	めし、陸稲・精白米、油、すりごま、ノンエッグマヨネーズ、ミニゼリー	むき玉葱、ピーマンスライス、コーン、ブロッコリー、にんじん、小松菜、えのきたけ水煮	チキンコンソメ、塩、赤味噌、白味噌、和風だし駿河	384kcal 11.8g 9.0g 2.2g
16(火)	すき焼き風、厚焼き玉子、青菜のおひたし、りんご、みそ汁(大根と油揚げ)	豚小間、厚焼き玉子、刻み揚げ	めし、陸稲・精白米、油、しらたき、砂糖	白菜、むき玉葱、小松菜、にんじん、ぶなしめじ、りんご、大根	酒、水、椎茸細切、しょうゆ、みりん、和風だし駿河、白味噌、赤味噌	408kcal 15.9g 10.3g 2.6g
17(水)	ミルク山パン、野菜入りメンチカツ、野菜の甘辛炒め、マカロニサラダ、ミニゼリー(グレープ)、コーンスープ、牛乳	メンチカツ、牛乳	ミルク山パン、油、シューestringポテト、砂糖、ごま油、マカロニ、ノンエッグマヨネー	にんじん、ピーマンスライス、緑、むき玉葱、きゅうり、コーン	ソース、しょうゆ、コーンポタージュ、水	597kcal 11.4g 18.5g 1.7g
18(木)	白ライス、鶏の唐揚げ、さつま芋と小松菜の甘辛炒め、大根サラダ、フルーツ(みかん)、すまし汁	鶏もも皮つき30g、ツナのり(焼きのり)、冷凍豆腐	めし、陸稲・精白米、唐揚げの素、パリパリくん、油、さつまいも皮付き乱切り20g、砂糖、ご	小松菜、大根、みかん缶、たまねぎ、青ねぎ	しょうゆ、酒、みりん、塩、和風だし駿河	442kcal 13.4g 12.4g 2.1g
19(金)	白ライス、たらと春雨の中華あんかけ、餃子、キャベツのサラダ、イチゴ杏仁、中華スープ	たら骨なし30g、焼き目つき餃子、蒸し鶏ほぐし	めし、陸稲・精白米、油、はるさめ、砂糖、ごま油、かたくり粉、いちご杏仁豆腐	白ねぎ、にんじん、白菜、チンゲンサイ、しょうが、キャベツ、きゅうり、コーン、カットわかめ	塩、酒、しょうゆ、中華だし、和風ドレッシング、とりがらだし	375kcal 13.4g 6.3g 2.0g
22(月)	白ライス、厚揚げの炒め物、中華春巻き、春雨サラダ、ミニゼリー(青りんご)、みそ汁(大根とわかめ)	ミニ絹厚揚げ、豚ひき肉、蒸し鶏ほぐし	めし、陸稲・精白米、油、ごま油、かたくり粉、野菜春巻、はるさめ、ミニゼリー	むき玉葱、にんじん、にら、冷凍しめじ、キャベツ、きゅうり、大根、たまねぎ、カットわかめ	しょうゆ、塩、中華だし、和風ドレッシング、赤味噌、白味噌、和風だし駿河	436kcal 10.8g 12.7g 2.5g
24(水)	わかめごはん、白身魚のフライ、ブロッコリーのソテー、里芋のごまみそ和え、パン缶、すまし汁		めし、陸稲・精白米、油、ノンエッグマヨネーズ、里芋、すりごま、ごま、砂糖	わかめごはんの素、ダイスタまねぎ、ブロッコリー、コーン、にんじん、むき玉葱、パイナップル	白身フライ、塩、チキンコンソメ、白味噌、みりん、風調味料、酒、吟醸酒、和風だし駿河、しょう	394kcal 10.8g 8.8g 3.0g
25(木)	和風カレーうどん、しゅうまい、きゅうりとわかめのサラダ、みかん	豚小間、刻み揚げ、しゅうまい16g	うどん、油、砂糖、かたくり粉	むき玉葱、にんじん、インゲン、きゅうり、キャベツ、カットわかめ、みかん	カレー粉、とろけるカレーンゲ、しょうゆ、酒、和風だし駿河、水、中華ドレッシングセバレット	373kcal 13.6g 12.3g 2.9g
26(金)	白ライス、さばの利休焼き風、五目しんじょ、大根のそぼろ煮、さつまいも甘煮、みそ汁(白菜とねぎ)	骨なしさば切り身30g、鶏挽肉	めし、陸稲・精白米、砂糖、ごま、かたくり粉	大根、むき枝豆、冷凍、白菜、青ねぎ、にんじん	みりん、しょうゆ、五目しんじょ、星型、和風だし駿河、みりん、風調味料、さつまいも甘露煮	414kcal 15.2g 9.5g 2.3g
29(月)	ふりかけごはん、エビカツ、スパゲティナポリタン、ごぼうサラダ、ミニゼリー(グレープ)、野菜スープ	えびかつ30g、ウインナー、スライス	めし、陸稲・精白米、油、ミニスパゲッティ、砂糖、ノンエッグマヨネーズ、ミニゼリー	むき玉葱、ピーマンスライス、マッシュルーム、カットマト、ごぼう、にんじん、きゅうり、カッ	ふりかけ(のりかつお)、ソース、ケチャップ、塩、チキンコンソメ、しょうゆ	463kcal 12.4g 10.7g 2.7g

月平均栄養価 エネルギー 424kcal たんぱく質 13.1g 脂質 10.7g 食塩相当量 2.5g