

よく噛んで食べよう。

10月行事予定・献立



社会福祉法人 虹福社会
富士こども園

2019年(令和元年)9月19日

日 曜	行事予定	給食献立	カロリー	おやつ	
				午前 (牛乳は毎日)	午後 (ミルクは毎日)
1 火	全体練習	野山焼き・ジャーマンポテト・バナナ	405kcal	みかん寒天	キャロットケーキ
2 水		豚肉の生姜焼き・しらすと小松菜の和え物・梨	348kcal	ラスク	ごぼうと鶏肉のませごはん
3 木	スイミング(さくら組)	鶏肉の磯からあげ・中華風サラダ・うの花・バナナ	380kcal	クリームクラッカー	ヨーグルト(みかん缶・アロエ缶)
4 金	布団・シーツ交換日	魚のごま味噌焼き・キャベツのレモン酢あえ・さつまいもの甘煮・みかん	382kcal	カップケーキ	アップルパイ
5 土	希望保育	焼き肉・白菜の浸し・りんご	364kcal	大学かぼちゃ	居残り(おにぎり)
6 日					
7 月	内科検診・ノーお菓子デー	コロッケ・人参の甘煮・糸きり昆布の煮付け・梨	487kcal	みかん	ベーコンときのこのキッシュ
8 火	わくわくひろば	魚の照り焼き・ほうれん草と春雨のサラダ・れんこんのきんぴら・みかん	366kcal	カナッペ	マカロニきな粉
9 水	予行練習(8:30までに登園)	野菜ラーメン・かえりとアーモンドのごまがらめ・バナナ	252kcal	ココアパン	カルピス蒸しパン
10 木	尿検査(新入児・未検査)・ひまわり組クッキング	梅チキン・野菜ソテー・かぼちゃの煮付・りんご	379kcal	フルーツポンチ	カレーチャーハン
11 金	布団・シーツ交換日	ポークピカタ・ケチャップ炒め・オレンジ	335kcal	きゅうりのごま和え	ヨーグルト(黄桃缶・ソース)
12 土	運動会(8:30までに登園)				
13 日					
14 月					
15 火	歯科検診9:30~・明細書配布・ちゅうりっぷ組懇談開始	魚の竜田揚げ・短冊サラダ・粉ふきいも・バナナ	362kcal	もも寒天	ツナパン

今が旬メニュー

11月の行事予定

- 3日(日) 春日学区文化祭 さくら組出演
- 5日(火) 太鼓指導日
- 6日(水) わくわくひろば
- 7日(木) スイミング さくら組
- 10日(日) 消防街頭広報 9:30~蔵王イミ駐車場
- 12日(火) 体育遊び
- 14日(木) スイミング さくら組
- 16日(土) 音体Fes. 市民体育館
- 19日(火) 誕生会
- 20日(水) 訓練火災
- 25日(月) 口座引き落とし
- 26日(火) 体育遊び
- 27日(水) わくわくひろば・弁当日



お願い

- 10月から月に1回お弁当日があります。
- ・プチトマトは半分に切って入れてください。
- ・ピックは使わないようにしてください。
- ・食事を勧める励みになりますので、プチゼリーとかではなく、果物にしてくださいね。
- ・お弁当箱・お弁当包み・箸等持ち物すべてに名前を書いてください。

文化の秋・芸術の秋 秋の夜長...と秋はさわやかな空気と共に過ごしやすい季節になります。夏の疲れも出やすい時期ですので、栄養・休息をしっかりとるようにしましょう。さわやかな秋空のもと、子どもと一緒に秋探しに行かれてはどうですか？親子の会話を楽しみながら、楽しいひと時を過ごしてみてください。



内科・歯科検診
健康状態を把握する意味でも必ず受診するようにしてください





10月行事予定・献立



社会福祉法人 虹福社会
富士こども園

日 曜	行 事 予 定	給 食 献 立	カロリー	お や つ	
				午前 (牛乳は毎日)	午後 (ミルクは毎日)
16 水	体育遊び・もも・さくら組クッキング	鶏肉としめじの塩焼き・野菜サラダ・みかん	366kcal	ちんすこう	ヨーグルト (パイン缶・コーンフレーク)
17 木	※こども宇宙プロジェクト(集合写真)・ちゅうりっぷ組クッキング	カレーうどん・ジャコサラダ・柿	230kcal	スナッ麩	人参きんぴらトースト
18 金	太鼓指導日・布団・シーツ交換日	和風パスタ・きゅうりのゆかり和え・バナナ	287kcal	ジャムサンド	いもようかん
19 土	希望保育・運動会予備日	筑前煮・ほうれん草のごま和え・オレンジ	299kcal	人参スティック	居残り (クッキー)
20 日					
21 月	バイオリン・ピアノコンサート	魚の南蛮漬け・じゃがいものそぼろ煮・オレンジ	367kcal	バナナ	ヘルシー焼きそば
22 火	即位正殿の儀				
23 水	宣山荘訪問(さくら組)	豚肉の甘辛煮・かに酢あえ・さつまいもの煮付・バナナ	373kcal	ブロッコリーのおかか和え	わかめおにぎり
24 木	わくわくひろば・お弁当日・スイミング(さくら組)	お弁当日		ツナサンド	クリームパン
25 金	誕生会・布団・シーツ交換・口座引き落とし	ひじきご飯・和風ハンバーグ・ポテトサラダ・オレンジ	444kcal	セサミクッキー	ぶどうゼリー・ア・ラ・モード
26 土	希望保育・にこにこひろば	中華丼・かえりの佃煮・りんご	325kcal	フライドおさつ	居残り (蒸しパン)
27 日					
28 月	すずらん組クッキング	ムニエル・ごぼうサラダ・かぼちゃの甘煮・バナナ	396kcal	りんご	チーズクッキー
29 火	体育遊び	肉みそ丼・ブロッコリーの彩りサラダ・りんご	346kcal	スイートポテト	焼うどん
30 水	動物愛護教室・PM東光園訪問	栗ご飯・豚汁・きゅうりと大根の和え物・バナナ	364kcal	ヨーグルト和え	シュガーナッツトースト
31 木	消防署見学(さくら・ひまわり・すずらん組)	玄米ご飯・焼魚・ベーコンとチンゲン菜の炒めもの・れんこんのおかか煮・みかん	326kcal	コーン蒸しパン	ヨーグルト (バナナ・寒天)

文化の秋♪
本物の音色に触れ心を豊かに

さくら組の子ども達が、オペレッタ、歌、踊りでお年寄りと交流してきます。

9:00までに登園してください。
徒歩にて消防署まで行きます。
カラー帽子を忘れずに!

ひとくちメモ

4(木) さつまいもの甘煮

さつまいもにはビタミンC、カルシウム、マグネシウムなど様々な栄養素が豊富に含まれています。特に、食物繊維が多いです。切るとにじみ出る白い汁もヤラピンといい、便秘改善成分が含まれています。またさつまいもはアクが強く、空気に触れると変色するので、切ったらすぐに水にさらしましょう。皮のそばはアクが多いので、色よく仕上げたい時は、皮を厚めにむくといいでしょう。

※こども宇宙プロジェクト・集合写真について

子ども達に、見たことのない宇宙を想像することで、豊かな想像力を育てたいとメッセージカードと記念写真を撮り宇宙の話を楽しみます。

ありがとうございました。
保育材料等頂きました。
藪本さん 藤井さん

356kcal

駐車場について

- 登降園の際、エンジンをかけたままの車が見受けられます。
事故防止のため、エンジンは必ず切ってください。
- 園庭前の石井表記駐車場は**東から入って南(園庭)側に抜ける一方通行**にさせていただいております。ご協力お願いいたします。
- 運動会の練習が始まります。園庭が凸凹にならないよう園庭に駐車の際は**最徐行運転**にてお願いいたします。