

10月の行事



日	曜日	行事
1	火	令和7年度1号認定新入園児 願書受付
2	水	
3	木	
4	金	運動会総合練習
5	土	
6	日	
7	月	運動会総合練習予備日
8	火	
9	水	運動会準備の為 13:30降園
10	木	運動会
11	金	運動会予備日
12	土	
13	日	
14	月	スポーツの日
15	火	身体測定 (乳・少)芋掘り
16	水	身体測定 (長)
17	木	身体測定 (中)
18	金	避難訓練 (火災)
19	土	
20	日	
21	月	
22	火	遠足 (乳)
23	水	遠足 (長)
24	木	
25	金	誕生会
26	土	
27	日	
28	月	遠足 (少・中)
29	火	遠足予備日 (乳)
30	水	遠足予備日 (長)
31	木	

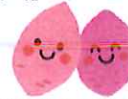
衣替えについて

9月30日 (月) より帽子のみ夏帽子から冬制帽に替わっております。

服装は今まで通り体操服のまま登園してください。寒い日は制服上衣又はトレーナーを着用してください。

制服の衣替えは11月5日 (火) からとなります。

芋掘りについて



薩摩芋を10月中に収穫する予定です。

各学年 (長・中・少) 日にちが決定次第メールで連絡します。幼稚園バスで、知多市笠松にある畑まで収穫に行きます。雨天の場合は、順延致します。(特に必要な持ち物はありません) 収穫した薩摩芋は、1つ家に持ち帰り、残りは給食で提供させていただきます。

遠足について



【桃・梅組】

- ・22日 (火) に三ツ池公園に行きます。雨天の場合は、29日 (火) となります。

【年少組・年中組】

- ・28日 (月) に秋の遠足でオズ果樹園に行きます。雨天の場合は11月8日 (金) となります。

【年長組】

- ・23日 (水) に三丁公園に行きます。雨天の場合は10月30日 (水) となります。
 - ・全学年、遠足についての詳細は別紙をご覧ください。
- *遠足は園児のみの参加ですので、見学はご遠慮ください。



引き渡し訓練について



- ・11月5日 (火) に引き渡し訓練を行います。当日は全園児お迎えになります。(朝のバスは運行し、保育は通常通り行います) 詳細はお手紙にてご確認ください。

運動会総合練習について

*運動会総合練習は園児のみの参加です。友達と一緒に楽しく練習に参加するため、見学はご遠慮ください。

11月預かり用紙

配布日7日 (月) 締切り日25日 (金)



10月の献立



日	曜日	献立名	主な食材の働き		
			赤:体を作る	黄:エネルギーになる	緑:体の調子を整える
1	火	ご飯 牛乳 鶏と薩摩芋の甘辛煮 キャベツの塩昆布和え 小倉パンケーキ	牛乳 鶏肉 塩昆布 粒あん 牛乳	米 薩摩芋 HM 米	隠元 キャベツ 胡瓜
2	水	ご飯 厚揚げの味噌炒め 南瓜のチーズ焼き マカロニきな粉	厚揚げ 合挽肉 粉チーズ きな粉	マカロニ 米	キャベツ 人参 玉葱 南瓜
3	木	鮭とコーンの混ぜご飯 筑前煮	鮭フレーク 鶏肉	米	コーン 人参 蓮根 筍 隠元
4	金	黒糖蒸しパン カレーライス 棒チーズ 牛乳 素麺チヂミ	牛乳 牛肉 棒チーズ 牛乳 ツナ	小麦粉 黒糖 米 じゃが芋 カレールウ	人参 玉葱
5	土	ホットドック コンソメスープ	ウインナー	ロールパン	ニラ コーン 胡瓜 キャベツ 玉葱 人参
6	日	煎餅&桃ゼリー		煎餅 ゼリー	
7	月	焼きそば バナナ 牛乳 おかかご飯	牛肉 牛乳 鰹節	焼きそば麺 米	人参 玉葱 キャベツ バナナ
8	火	鯖の味噌煮 けんちん汁 ココアクリームサンド	鯖 鶏肉 牛乳	米 里芋 食パン ココア	生姜 人参 大根 王し椎茸
9	水	ご飯 肉じゃがカレー風味 蜜柑 竹輪の磯辺焼き	牛肉 竹輪 青海苔	米 じゃが芋 カレー粉 小麦粉	玉葱 人参 蜜柑
10	木	運動会			
11	金	運動会予備日			
12	土	炒飯 薩摩芋サラダ クレープ	豚肉	米 薩摩芋 胡麻ドレ クレープ	人参 ピーマン 胡瓜
13	日				
14	月	スポーツの日			
15	火	生姜焼き丼 春雨スープ 牛乳 バナナケーキ	豚肉 牛乳 豆乳	米 春雨 米粉 米	生姜 玉葱 人参 小松菜 バナナ
16	水	ご飯(ふりかけ) 鶏の酢豚風炒め 粉ふき芋 梅シヤムサンド	ふりかけ 鶏肉	じゃが芋 食パン 梅シヤム	人参 玉葱 パプリカ
17	木	狐うどん 蜜柑 ヨーグルト 青海苔チーズご飯	油揚 蒲鉾 ヨーグルト 青のり チーズ	米 うどん	人参 玉葱 白菜 蜜柑
18	金	ご飯 牛乳 ササミの胡麻焼き 蓮根サラダ 焼き林檎ケーキ	牛乳 ササミ ツナ 豆乳	米 すり胡麻 マヨ 米粉	生姜 蓮根 胡瓜 人参 林檎
19	土	ちゃんぽん風ラーメン 若布と胡瓜の酢の物 クッキー&葡萄ゼリー	豚肉 牛乳 シラス 若布	中華麺	人参 キャベツ 小松菜 胡瓜
20	日			クッキー ゼリー	
21	月	麻婆丼 中華スープ 薩摩芋蒸しパン	合挽肉 豆腐 若布 牛乳	米 小麦粉 薩摩芋	玉葱 人参 生姜 コーン エノキ
22	火	豚のカレーソテー 蕪の味噌汁 黒胡麻ラスク	豚肉	米 カレー粉 食パン バター 黒胡麻	キャベツ 人参 蕪 玉葱 あさつき

23	水	ご飯 牛乳 ササミの檸檬煮 小松菜のおかか和え フルーツヨーグルト	牛乳 ササミ 鯉節 ヨーグルト	米	レモン汁 小松菜 人参 もやし 林檎 バナナ
24	木	五目ご飯 麩の澄まし汁	鶏肉 油揚 若布	米 麩	人参 牛蒡 しめじ 玉葱
25	金	ウインナーパン ご飯 牛乳 鮭の塩焼き 高野豆腐の煮物 メロンラスク	ウインナー 牛乳 チーズ 牛乳 鮭 高野豆腐 生乳	HM 米	人参 隠元 干し椎茸 レモン汁
26	土	和風スパゲッティ 南瓜の甘煮	豚肉	食パン HM バター スパゲッティ	小松菜 玉葱 南瓜
27	日	林檎&スナック		スナック	林檎
28	月	ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 キャベツの胡麻ドレサラダ ココアケーキ	鶏ひき肉 豆乳	米 じゃが芋 胡麻ドレ HM ココア	人参 隠元 キャベツ 胡瓜 コーン
29	火	ご飯 回鍋肉 バナナ 牛乳 ツナサンド	豚肉 牛乳 ツナ	米 胡麻油 食パン マヨ ロールパン	ピーマン キャベツ 人参 バナナ 胡瓜
30	水	バターロールパン ビーフシチュー 柿 牛乳 みたらし五平餅	牛肉 牛乳	ビーフシチュールウ 米 米	玉葱 人参 ブロッコリー 柿
31	木	ご飯(ふりかけ) ハロウィンハンバーグ 南瓜サラダ ハロウィンクッキー	ふりかけ ハンバーグ	米 米 マヨ 小麦粉 バター	南瓜 胡瓜

※食材名の「HM」は、ホットケーキミックス「マヨ」は、マヨネーズの事です。

10,11日の運動会が中止の場合は、給食を提供いたします。給食の献立は前日にメールにてお知らせいたします。

マンゴー通信

～10月10日は「目の愛護デー」～



子どもの目は毎日発達しています。視覚が1番発達するのは乳幼児期といわれています。テレビや絵本に近づきすぎではありませんか？目の健康について改めて考えてみましょう。目に良い食べ物は何か？

目に良い食材を知ろう

- ① **カルシウム**:目を保護する
→牛乳、魚、大豆製品など
- ② **ビタミンA**:目の乾燥を防ぐ
→緑黄色野菜、牛乳など
- ③ **ビタミンB1・B12**:視力の向上
→牛乳、卵、ウナギ、カツオなど
- ④ **ビタミンD**:ビタミンAの吸収活性
→豚肉、干し椎茸、青魚、高野豆腐など
- ⑤ **ビタミンE**:目の老化予防
→ツナ、ウナギ、エビ、イカなど

意識して食べるようにしてみてください。

10月31日はハロウィン！！

秋の収穫を感謝するお祭りの日です。悪い霊を追い払うために、南瓜をお化けに見立てるそうです。31日の給食でもハロウィンメニューが出るので、楽しみにしてくださいね☆

今月のレシピ「南瓜サラダ」

材料(4人分)

- ・南瓜 120 g
- ・胡瓜 32 g
- ・マヨネーズ 20 g
- ・塩コショウ 適量

作り方

- ① 南瓜を皮つき1cm角に切る。
胡瓜は半月薄切りに切る。
- ② (1)の南瓜を柔らかくなるまで茹でて、冷ます。
- ③ ボウルに胡瓜、(2)、マヨを加える。

※ 味を見ながら塩コショウを加えてください。

