

認定こども園清凉保育園

気持ちの良い季節。子どもたちの足取りも軽く感じられますね。園庭での虫探し、落ち葉でのおままごと。楽しいことが山積みです。



11月の予定1日運動会8日雨天予備日

引き渡し訓練へのご協力ありがとうご ざいました。

今まで、大きな台風を「猛烈な」と表現されていましたが、台湾、中国に上陸した台風 18 号は、スーパー台風と呼ばれて大きな爪痕を残しました。まだまだ台風の発生が考えられます。

またまた台風の発生か考えられます。 ご家庭の周り、排水溝など、ちょっと 気にして見てみませんか ?





もみじ組

- ◆ 遠足や運動会などの行事や活動に期待して準備 をし見通しを持って活動に取り組む。
- ◆ 身近な秋の自然に触れたり興味や関心を持って 観察したり遊びに取り入れたりして楽しむ。

桜組

- ◆ 運動会の活動に意欲的に取り組み楽しむ。
- ◆ 運動と休息のバランスを取り健康に過ごす。
- ⇒ 身近な秋の自然物に触れて親しみを持つ。

桃組

- ♦ 秋の自然に触れ体を十分に動かして遊ぶ。
- ◆ 一日の寒暖差や体調の変化に留意し健康に過ご す。

がいいます。

名前の再確認を

去年の長袖、肌シャツのどの なまえは消えたり、取れたりしていないでしょうか? ご確認をお願いいたします。

また、新しくご用意された時など、はっきりとわかりやすく記名をお願いいたします。





認定こども園 清凉保育園 2025 年度 10 月号

子ともが大好きなおやつ

子どもにとって単に楽しみと言うだけでなく、健やかな成長を支える為に大切な意味があります。 おやつが次の食事に影響しないように出来れば食事の2時間前までに適量を食べるように心がけましょう。



- 小麦粉 200 g
- ベーキングパウダー 小さじ1
- 卵 1個
- 牛乳 110 cc
- サラダ油 55 g
- 砂糖 80g
- 南瓜 150 g
- レーズン 20g

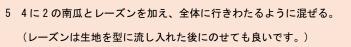






作り方

- 1 南瓜は種を取って皮をむいておく。
- 2 小さく切ったものを耐熱皿に入れて、やわらかくなるまで加熱し、つぶしておく。
- 3 オーブンは180℃に予熱しておく。
- 4 ボウルに卵・牛乳・サラダ油・砂糖を入れ、混ぜ合わせた中に、小麦 ベーキングパウダーをふるい入れ、粉っぽさがなくなるまで混ぜる。



6 型にオーブンシートを敷き生地を流し入れ、オーブンで15~20分焼く。







パンにはさんで食べる料理でアメリカの子どもの人気のメニューだそうです。

『かじょうとうふ』『ジャーチャンドウフ』と読みます。

中国の家庭料理として、普段から親しまれているため、この名前がついたとされます。



アレルギーの心配がある ため、園で初めて口にすると いう事がないよう、献立実施 までにご家庭で試して頂き ますよう、ご協力お願いいた します。

6月から手掛けていた『梅干し』が出来上がりました。

新米の季節になったので、14日(火) おやつに自分達で梅おにぎりを作って食べる計画 を立てています。



2025 年度

10 月給食献立表



В	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力になる	緑:調子を整える
1 • 30	水 ・ 木	食パン スラッピージョー ヨーグルト	お菓子 柿 牛乳	豚挽肉 ヨーグルト 普通牛乳	食パン じゃが芋 お菓子	玉葱・人参 青ピーマン トマトケチャップ 柿
2 • 17	木・金	ごはん 筑前煮 小松菜のじゃこサラダ	2日 牛乳マカロニきな粉17日 牛乳胡麻だれ五平餅	鶏肉 しらす干し きな粉 普通牛乳	精白米・調合油 里芋水煮 三温糖・マカロニ すりごま	蓮根・大根・人参 牛蒡・乾椎茸 小松菜 緑豆もやし
3 . 22	金 · 水	3日 里芋ごはん 22日 ごはん 鯖の塩焼き 青梗菜と油揚げの煮浸し きのこの炊き込みご飯	3日 牛乳 お月見団子 22日 牛乳 マカロニきな粉 きな粉サンド	鶏肉・鯖 油揚げ 絹ごし豆腐 普通牛乳・きな粉 鶏肉・生揚げ	精白米・里芋水煮 白玉粉・上新粉 三温糖・片栗粉 マカロニ 精白米	ぶなしめじ 青梗菜 キャベツ 人参 人参・ぶなしめじ
4 • 18	土	里芋の味噌汁	牛乳	豆味噌・きな粉 調整豆乳 普通牛乳	里芋水煮 食パン 三温糖	えのきたけ 塩昆布 長葱
6 • 20	月	きのことほうれん草のカレー ひじきのミルキーサラダ	6日 牛乳 南瓜ケーキ 20日 牛乳 黒糖わらび餅	鶏挽肉 マグロ水煮缶詰 鶏卵 普通牛乳	精白米・カレールウ マヨネーズ・片栗粉 薄力粉・調合油 三温糖・黒砂糖・粉糖	法蓮草・玉葱・人参 ぶなしめじ・舞茸・エリンギ 生椎茸・乾ひじき・キャベツ コーン缶詰粒・南瓜・レーズン
7	火	ではん 豚肉と大根の煮物 キャベツの塩昆布和え	黒糖わらび餅牛乳	豚肉 きな粉 普通牛乳	精白米 三温糖 片栗粉 黒砂糖	大根・人参 乾椎茸 キャベツ・塩昆布 緑豆もやし
8 • 21	水・火	ごはん 厚揚げの味噌炒め 春雨サラダ	夕焼けおにぎり 牛乳	生揚げ・豚肉 豆味噌・しらす干し マグロ水煮缶詰 普通牛乳	精白米・三温糖 調合油 春雨 いりごま	緑豆もやし ニラ・キャベツ 水菜 乾ひじき
9 • 23	木	ごはん 鶏の照り焼き キャベツのソテー 澄まし汁	揚げパン 牛乳	鶏肉 普通牛乳	精白米・三温糖 片栗粉・いりごま 調合油・ロールパン グラニュー糖	キャベツ・人参 乾若布 えのきたけ あさつき
10 • 24	金	ロールパン 薩摩芋の豆乳スープ ヨーグルト	お煎餅 柿 牛乳	鶏肉・赤色辛味噌 調整豆乳 ヨーグルト 普通牛乳	ロールパン 薩摩芋 お煎餅	玉葱・人参 小松菜 ぶなしめじ 柿
11 • 25	±	野菜ラーメン 小魚スナック バナナ	ジャムサンド 牛乳	豚肉 煮干し 普通牛乳	中華麵 ごま油 食パン	人参・緑豆もやし キャベツ・きくらげ バナナ 苺ジャム
14 • 28	火	麻婆丼 もやしのナムル	フルーツポンチ 牛乳	豚挽肉 木綿豆腐 豆味噌 普通牛乳	精白米・三温糖 片栗粉 いりごま ごま油	玉葱・人参・乾椎茸 ニラ・緑豆もやし 青ピーマン・蜜柑缶・白桃缶 パイン缶・バナナ
15 • 29	水	ごはん 家常豆腐 根菜の胡麻和え	焼きそば 牛乳	生揚げ 豚肉 普通牛乳	精白米・三温糖 片栗粉 ごま油・すりごま 中華麺	玉葱・人参・青梗菜 きくらげ・大根 蓮根・小松菜 キャベツ・青ピーマン
16 • 31	木・金	ごはん 石狩鍋 切干大根と水菜のサラダ	16日 牛乳 あんトースト 31日 牛乳 南瓜ケーキ	鮭・木綿豆腐 赤色辛味噌・普通牛乳 マグロ水煮缶詰 こしあん・ホイップクリーム		大根・人参・ぶなしめじ 長葱・コーン缶詰粒 切干大根・南瓜・レーズン 水菜
27	月	ごはん 蓮根ハンバーグ ポテトサラダ	カステラケーキ 牛乳	鶏挽肉・木綿豆腐 マグロ水煮缶詰 ホイップクリーム 普通牛乳	精白米・三温糖 片栗粉・じゃが芋 マヨネーズ ロールケーキ	玉葱・人参 蓮根 ブロッコリー 林檎

- ★園で初めて口にすると言う事がないよう、献立実施までに、ご家庭で試して頂きますよう、ご協力お願い致します。
- ★アレルギー児に対しては、アレルギー食物を除去しております。







