

11月



令和5年11月1日
社会福祉法人 下東条西保育所

秋が深まるにつれ空が高くなり、秋風の心地よい日が続きます。木々の葉も色づいてきて、戸外に出ると様々な発見があり、子どもたちも秋を楽しんでいますよ。これから寒くなってくると、胃腸炎やインフルエンザなどの感染症も流行し始めていますので、体調には十分留意して過ごしていきたいですね。



11月の予定

- 2日(木) みかん狩り【月】
- 5日(日) コミセン文化祭出場【月】
- 6日(月) 図書館出前お話会【月】
- 7日(火) 体育教室【うさぎ・花・雪・月】13時～
- 9日(木) 三園交流会【月】浄土寺
- 13日(月) 石井文庫お話会【雪】
- 20日(月) **スマイル弁当デー** 身体計測
- 21日(火) 体育教室【うさぎ・花・雪・月】
- 27日(月) 石井文庫お話会【花】
- 28日(火) からだ元気教室【雪・月】
- 29日(水) 誕生会

※毎週月曜日 10時より未就園児対象のすくすく子育て教室を開催しています。

12月の予定

- 3日(日) 小野ハーフマラソン応援【月】
- 8日(金) オープン保育
- 9日(土) ほのぼの交流会【月】
- 11日(月) サッカー教室【雪・月】13時半～
- 12日(火) 三園交流会【月】
- 25日(月) クリスマス会



おしらせ

寒くなってきましたので、掛け布団を持って来て下さい。
(タオルケットは、いりません)

就学時健康診断の日程【月組】

- 11月13日(月) 大部・中番・河合・来住小学校
- 11月14日(火) 小野・市場小学校
- 11月15日(水) 下東条・小野東小学校



受付時間は通知封書に記載されていますので確認して下さい。

月	火	水	木	金	土
		1 豆腐のマヨネーズ焼き ツナ、豆腐 小麦粉、マヨネーズ 人参、青葱、コーン、生姜 切り干し大根のおかか和え 花かつお 切り干し大根、人参、きゅうり グレープフルーツ	2 ミネストローネ 大豆、ベーコン じゃが芋、マカロニ、コンソメ 人参、玉葱、トマト缶、ケチャップ 青菜のウインナーソテー ウイニー 小松菜 オレンジ	3 文化の日  すりごま 人参、きゅうり、キャベツ バナナ	4 少なめ かけうどん 竹輪、卵 うどん 玉葱、青葱 味付け海苔 果物
6 照り焼きチキン 鶏肉 片栗粉 トマト、ブロッコリー ひじきと大豆のサラダ ツナ、春雨、大豆、ひじき マヨネーズ 人参、きゅうり バナナ	7 牛丼 牛肉 生椎茸 人参、玉葱、糸こんにゃく 味噌汁 豆腐、味噌、わかめ 人参、玉葱、えのき、大根、青葱 オレンジ 手作りおやつ ヨーグルトケーキ	8 鯖の甘辛煮 鯖 けんちん汁 豆腐、油揚げ ごま油、こんにゃく 人参、青葱、大根、牛蒡 グレープフルーツ 手作りおやつ おかかチーズおにぎり	9 豚じゃが 竹輪、豚肉、焼き豆腐 じゃが芋、糸こんにゃく 人参、玉葱、いんげん ツナときゅうりの酢の物 わかめ、ツナ きゅうり オレンジ	10 麻婆豆腐 合挽ミンチ、豆腐 中華だし、片栗粉 生姜、筍 玉葱、青葱、人参、干し椎茸 野菜のごま和え すりごま 人参、きゅうり、キャベツ バナナ	11 ポトフ ウイニー じゃが芋、コンソメ 人参、キャベツ、玉葱 ふりかけ 果物
13 ポークチャップ 豚肉 コンソメ ソース トマト、ブロッコリー 玉葱、エリンギ、ケチャップ ポテトサラダ ハム、卵 じゃが芋、マヨネーズ 人参、きゅうり、コーン オレンジ	14 筑前煮 平天、鶏肉、厚揚げ 干し椎茸、こんにゃく 人参、牛蒡、大根、蓮根、里芋 もやしとわかめの和え物 竹輪、もやし いりごま もやし バナナ	15 少なめ 焼きビーフン 豚肉、海老 中華だし、ごま油 ビーフン、干し椎茸、ピーマン 人参、もやし、玉葱、キャベツ、ニラ 中華スープ 豆腐、わかめ 中華だし 玉葱 バナナ	16 鮭の塩焼き 鮭 高野豆腐と豚肉の味噌炒め 高野豆腐、豚肉、味噌 ごま油 糸こんにゃく 人参、しめじ、もやし、玉葱 グレープフルーツ 手作りおやつ 豆腐ナゲット	17 さつま芋コロッケ 卵、合挽ミンチ さつま芋、じゃが芋、パン粉、ソース 玉葱、ケチャップ、トマト ハムサラダ ハム マヨネーズ キャベツ、きゅうり、ブロッコリー バナナ	18 豚汁 豚肉、油揚げ、豆腐、味噌 人参、大根、玉葱、青葱 のり佃煮 果物
20 スマイル弁当デー 魚のフライ 白身魚、卵 小麦粉、パン粉、ソース ケチャップ、トマト、ブロッコリー マカロニサラダ 卵 マカロニ、マヨネーズ 人参、きゅうり 果汁100%ゼリー 手作りおやつ 黒ごまあんまん	21 厚揚げのそぼろ煮 鶏ミンチ、厚揚げ 糸こんにゃく、青葱 人参、玉葱、干し椎茸、牛蒡 カニカマときゅうりの酢の物 カニカマ きゅうり バナナ	22 スペイン風オムレツ ベーコン、卵、チーズ じゃが芋、コンソメ ケチャップ 玉葱、人参、ピーマン、パプリカ 刻み昆布と蓮根の金平風 ツナ、刻み昆布 人参、蓮根 オレンジ 手作りおやつ さつま芋チップス	23 勤労感謝の日 	24 揚げだし豆腐 豆腐 片栗粉 さつま汁 キャベツの塩昆布和え 塩昆布、ちりめん、味噌、油揚げ さつま芋 大根、玉葱、こんにゃく キャベツ、もやし、人参、青葱 グレープフルーツ	25 他人丼 豚肉、卵 人参、青葱、玉葱、生椎茸 棒チーズ プロセスチーズ 果物
27 少なめ お好み焼き 粉かつお、豚肉、卵、チーズ、竹輪、青のり 長芋、小麦粉、ソース、マヨネーズ キャベツ、人参、青葱、こんにゃく ひじきふりかけ 花かつお、ひじき バナナ 手作りおやつ スイートポテト	28 パンプキンシチュー ベーコン、牛乳 じゃが芋、ルウ 人参、南瓜、玉葱、しめじ ブロッコリーのおかか和え 花かつお 人参、コーン、ブロッコリー オレンジ	29 誕生会メニュー 焼き飯 卵、合挽ミンチ 中華だし 人参、玉葱、キャベツ ミニラーメン わかめ 中華麺 コーン、もやし グレープフルーツ 手作りおやつ プリンアラモード	30 鯖の竜田揚げ 鯖 片栗粉 中華サラダ・棒チーズ ハム、卵、春雨、わかめ すりごま、ごま油 プロセスチーズ 人参、きゅうり バナナ		

このマークのついている日は白飯を持参して下さい。
※米の入った袋に名前を書いてください。

※食材は都合により変更する場合があります。

20日(月) スマイル弁当デー

☆持ち物
ことり・うさぎ組
いつもの給食セット・空のお弁当箱・レジャーシート

花・雪・月組
いつもの給食セット・空のお弁当箱・レジャーシート
※白ご飯はおにぎりにしてラップに包んで下さい

冬野菜の嬉しい効果

冬野菜は、体に必要な栄養素はもちろん、体を温めたり、風邪の予防や症状を和らげる効果があります。

- 白菜・・・淡泊でほかの材料との調和が良い
- ほうれん草・・・鉄分が豊富
- 大根・・・冬に甘みが増す。

消化酵素の働きで胃腸を整える

