



令和7年9月30日
一之宮愛児園

新年度が始まってから、早半年…あっという間にもう10月です。秋の気配を感じながら気持ち良い秋晴れの下、戸外遊びを楽しめそうです。

先日のさくら組親子遠足では、子ども達も保護者の方と楽しい時間を過ごし、とても嬉しそうな表情が印象的でした。また、もも組、うめ組も年に一度のお弁当の日となり、朝からお弁当の時間が待ちきれない様子の子も達でした。保護者の皆様にはお忙しい中朝早くからお弁当作りをしていただきありがとうございました。



《10月の保育目標》

乳児組 戸外で思いきり体を動かし、自然の中で伸び伸びと遊ぶ

幼児組 友だちと一緒に色々な表現遊びを楽しむ

10月の予定

- 1日(水) 身体測定(もも・うめ・さくら)
- 2日(木) 身体測定(たんぽぽ)
もも組 保育発表会リハーサル
- 3日(金) ちゅうりっぷ組 懇談会・保育参加
- 6日(月) 身体測定(あか・ちゅうりっぷ)
- 8日(水) **内科検診 13:00～**(全園児対象)
*お休みしないで受診して下さい
- 10日(金) もも組 保育発表会・懇談会
- 17日(金) JA青年部芋掘り(さくら)
※雨天時は20日(月)に延期
- 21日(火) うめ組 保育発表会リハーサル
- 22日(水) リトミック教室(もも)
- 29日(水) うめ組保育発表会・懇談会
- 31日(金) 10月生まれの誕生会(10:00～)



駐車場への出入りは左折で
お願いします。
安全に登降園ができますよう
ご協力をお願いします。



10/8 内科検診

今年度2回目の内科検診で
す。**全員受診となります。**
休まず受診できますよう、
ご協力をお願い致します。

【コドモンアプリについて】

アプリの導入に伴い、保護者の皆様にはご理解、ご協力をいただきまして誠にありがとうございます。8月25日（月）から試験運用をしてみいました。保護者連絡及び登降園の管理（打刻）も10月1日（水）より本格的に運用を開始いたします。

保護者の皆様には多くのご理解、ご協力をいただいたことで、本格運用を始めることができました。当園も、よりよい保育の実践に役立てていきたいと思っております。今後ともよろしくお願いいたします。



今月には保育参加・保育発表会や懇談会を予定しております。子ども達も歌や楽器遊びを楽しみながら表現遊びに夢中になって取り組む姿が見られています。保護者の皆様にも子ども達の日頃の姿を見ていただけたらと思います。園としても今後の行事の参考にさせていただきたいので保護者の皆様からの感想もお待ちしております。

<食育>

職員が給食の準備を始めると子ども達は「今日の給食はなに？」と、毎日楽しみにしています。苦手な食材もお友だちが食べているのを見て、チャレンジして食べてみようとする姿も見られます。食べてみて美味しかったらにっこり笑顔、前向きにチャレンジして食べるみんなの様子が微笑ましいこの頃です。そして見事に完食する日も。ピカリン賞です☆ 給食の調理員よりこのようなカードを保育室にプレゼントされ、子ども達の心も体もさらに大きく成長しているようです。



《11月の予定》

- | | |
|----------------------|-----------------------|
| 4日（火）身体測定（もも・うめ・さくら） | 19日（水）さくら組 |
| 5日（水）身体測定（たんぽぽ） | 保育発表会・懇談会 |
| 5日（水）焼き芋 | 25日（火）交通安全教室 |
| 6日（木）身体測定（ちゅうりっぷ） | 26日（水）リトミック教室（うめ・さくら） |
| 7日（金）身体測定（あか） | 28日（金）11月生まれの誕生会 |
| 13日（木）さくら組保育発表会リハーサル | |

2025年

10月の予定献立表

一之宮愛児園

にち 曜 日	乳児組 午前おやつ 主 食	献 立 名	材 料 お よ び 体 内 で の 働 き			おやつ	栄養価(幼児)		行 事 おおよび 連 絡 事 項
			血や肉に なるもの	熱や力に なるもの	体の調子を 整えるもの		エネルギー	蛋白質 脂質 塩分	
1	牛乳	麦ごはん スクエアバーグ	豚挽肉 卵	米 麦 油	玉葱 きゃべつ きゅうり 人参 コーン缶	カステラサンド せんべい	620(578)	24.1(22.4)	1日 身体測定幼児組
水	かし	チーズサラダ オレンジ	脱脂粉乳 チーズ		トマト缶 グリンピース マッシュルーム缶 オレンジ	牛乳	19.0(18.1)	1.0(1.0)	
2	牛乳	ご飯 ハワイアンポークチャップ	豚肉 ツナ缶	米 油 ごま	玉葱 きゃべつ 人参 きゅうり	ジャム&マーガリン	630(592)	26.4(24.4)	
木	かし	きゃべつのごま和え みそ汁☆	油揚げ	はちみつ	えのきだけ わかめ パイン缶 にんにく	牛乳	24.3(23.3)	2.1(1.9)	2日身体測定たんぽぽ組 もも組発表会リハーサル
3	牛乳	麦ご飯 鮭のトマトソース煮	鮭	米 麦 油	ひじき 人参 しらたき グリンピース	♪ブルーホットケーキ	531(507)	24.8(23.1)	
金	かし	ひじきの炒り煮 梨	油揚げ		にんにく 生姜 トマト缶 レモン 梨	牛乳	14.4(14.5)	1.4(1.3)	
4	牛乳	焼きそば	豚肉	中華麺	きゃべつ 人参 もやし 青のり	マドレーヌ せんべい	462(465)	18.3(18.0)	ちゅうりっぷ組保育参観・懇談会
土	かし	じゃが芋と豆腐のみそ汁	豆腐	油 じゃが芋	玉葱 わかめ	牛乳	13.0(13.9)	2.3(2.4)	
6	豆乳	麦ごはん かれのいの煮つけ	かれい 卵 厚揚げ	米 麦 油	細切昆布 きゅうり かぼちゃ	お月見ゼリー せんべい	526(511)	24.7(22.9)	
月	かし	細切こんぶの和え物 みそ汁☆	かにかまぼこ		玉葱	牛乳	13.9(13.9)	2.7(2.4)	0〜1才身体測定
7	牛乳	ご飯 鶏のから揚げ	鶏肉 油揚げ	米 油	干し椎茸 人参 こんにゃく ごぼう	♪マラーカオ	581(553)	21.9(20.8)	
火	かし	五目煮豆 梨	茹大豆		梨	牛乳	22.2(21.6)	1.4(1.3)	8日 内科検診(午後)
8	牛乳	麦ご飯 高野豆腐の肉巻きに	豚肉 高野豆腐	米 麦 油	きゅうり きゃべつ 人参	♪ミルククリームサンド	677(624)	28.8(26.2)	
水	かし	マカロニサラダ みそ汁☆	ハム	マカロニ	大根 えのきだけ わかめ	牛乳	26.8(24.4)	2.0(1.8)	10日 もも組保育発表会・懇談会
9	牛乳	ホットパン 肉団子スープ	豚挽肉 卵	パン 油 ごま油	人参 長葱 生姜 白菜 もやし	♪チャーハン	589(558)	26.7(24.6)	
木	かし	ちくわカレー風味揚げ パナナ	ちくわ	じゃが芋	カレー粉缶 干し椎茸 パナナ	牛乳	20.4(20.1)	2.6(2.2)	
10	牛乳	麦ご飯 お好み焼き風卵焼き	豚挽肉 卵	米 麦 油	きゃべつ 人参 玉葱 ピーマン 青のり	せんべい クッキー 種チーズ	555(536)	21.3(20.9)	10日 もも組保育発表会・懇談会
金	かし	わかめときゅうりの酢の物 オレンジ		小麦粉	わかめ きゅうり オレンジ	牛乳	20.3(20.0)	1.9(1.8)	
11	牛乳	きつねうどん	鶏挽肉	干しうどん	玉葱 人参 干し椎茸	黒糖ロールパン せんべい	422(418)	14.7(14.9)	
土	かし	かぼちゃの甘煮	油揚げ		かぼちゃ	牛乳	9.6(10.6)	2.9(2.5)	14日 うめ組発表会・懇談会
14	牛乳	ご飯 レバーのかりん揚げ	豚レバー 豆腐	米	生姜 きゃべつ きゅうり 人参	♪かぼちゃもち	595(560)	26.1(24.1)	
火	かし	スパゲティサラダ みそ汁☆	ハム	スパゲティ	もやし わかめ	牛乳	17.5(17.5)	1.6(1.5)	
15	牛乳	ホットパン 鶏肉のマーマレード焼き	豚肉	パン 油	人参 玉葱 パプリカ マーマレードジャム	♪豚肉生姜おにぎり	479(471)	21.9(20.7)	21日 うめ組発表会リハーサル
水	かし	きゅうりとツナのサラダ きのことスープ	ツナ缶	ごま	きゅうり コーン缶 しめじ えのきだけ	牛乳	17.6(17.9)	2.0(1.8)	
16	豆乳	ご飯 八宝菜	鶏肉 ヨーグルト	米 油	玉葱 人参 白菜 もやし 菊水煮	♪きんこバターサンド	562(538)	25.1(23.4)	
木	かし	かぼちゃの素揚げ ヨーグルト	えび ホタテ なんと		かぼちゃ	牛乳	12.9(13.2)	1.2(1.0)	22日 リトミック 3才
17	牛乳	秋野菜カレー	豚肉 脱脂粉乳	米 油	人参 玉葱 れんこん かぼちゃ 茄子	♪チヂミ	455(446)	18.5(18.0)	
金	かし	ベジタブルサラダ オレンジ	しらす	じゃが芋	きゃべつ きゅうり オレンジ	牛乳	11.5(12.1)	0.8(0.8)	
18	牛乳	スパゲティナポリタン	豚挽肉	スパゲティ	玉葱 人参 ピーマン マッシュルーム	♪シュガーロールパン せんべい	436(436)	16.8(16.7)	29日 うめ組発表会・懇談会
土	かし	コンソメスープ			コーン缶	牛乳	10.7(12.4)	1.5(1.4)	
20	牛乳	麦ご飯 ぶりの煮つけ	ぶり 厚揚げ	米 麦 ごま	生姜 にんにく 人参 きゅうり	♪チーズパンケーキ	667(622)	28.7(26.2)	
月	かし	春雨サラダ みそ汁☆	鶏ささみ肉	バター 春雨	大根 きゃべつ わかめ	牛乳	26.1(24.7)	2.4(2.1)	22日 リトミック 3才
21	牛乳	ご飯 鶏肉と大豆の揚げ煮	茹大豆 鶏肉	米 油	生姜 ほうれん草 人参 きゃべつ	♪豆乳わらびもち	514(494)	20.2(19.4)	
火	かし	ほうれん草の胡麻和え オレンジ	じゃが芋 ごま		オレンジ	牛乳	16.7(16.3)	1.0(1.0)	
22	牛乳	麦ご飯 マーボー豆腐	豆腐 豚挽肉	米 麦 油	生姜 にんにく 玉葱 人参 菊水煮 干し椎茸	♪お好み焼き	544(523)	23.6(22.1)	29日 うめ組発表会・懇談会
水	かし	大根とツナの昆布和え パナナ	ツナ缶	ごま油	大根 きゅうり パナナ	牛乳	15.4(16.2)	1.4(1.2)	
23	豆乳	ご飯 おぼけオムレツ	豚肉 チーズ	米	もやし 人参 きゅうり	♪ジャムチーズドック	565(542)	22.5(21.2)	
木	かし	中華風酢の物 柿	卵 牛乳 ハム	ごま油 春雨	ほうれん草 クリームコーン缶	牛乳	16.3(16.7)	1.7(1.5)	31日 ハロウィン 誕生日会
24	牛乳	麦ご飯 豚肉の南蛮焼き(タルタル)	豚肉	米 麦 春雨	生姜 人参 きゃべつ 甘酢らっきょ	♪プリン せんべい	559(535)	24.3(22.7)	
金	かし	じゃが味噌 春雨スープ	卵	じゃが芋 ごま	青のり 小松菜 干し椎茸	牛乳	17.0(17.5)	1.6(1.4)	
25	牛乳	焼うどん	豚肉	うどん	きゃべつ 人参 もやし 青のり	スティックパン せんべい	428(426)	17.3(17.0)	31日 ハロウィン 誕生日会
土	かし	豆腐のみそ汁	豆腐 油	油 じゃが芋	玉葱	牛乳	11.8(12.4)	2.2(1.9)	
27	牛乳	麦ご飯 かじきの角煮	かじき 豚肉	米 麦	きゅうり 人参 コーン缶	♪サラダおにぎり	626(582)	27.8(25.4)	
月	かし	ポテトサラダ 豚汁☆	豆腐 油揚げ	じゃが芋	こんにゃく 大根 ごぼう	牛乳	17.3(16.7)	2.3(2.1)	31日 ハロウィン 誕生日会
28	牛乳	ご飯 すき焼風に	豚肉 焼き豆腐	米 油	白菜 人参 長ネギ 春雨 えのきだけ きゅうり	せんべい クッキー	522(508)	19.5(19.0)	
火	かし	ごぼうの甘唐揚げ オレンジ			干し椎茸 しらたき ごぼう オレンジ	牛乳	15.8(16.5)	1.8(1.6)	
29	牛乳	五目ラーメン	豚肉 なんと	中華麺	人参 もやし きゃべつ	♪卵サンドイッチ	500(483)	26.2(24.2)	31日 ハロウィン 誕生日会
水	かし	高野豆腐の煮つけ 柿	高野豆腐	油	柿	牛乳	18.3(17.6)	2.1(1.9)	
30	豆乳	ご飯 鶏のサッパリ煮	鶏肉 卵 ツナ缶	米 ごま	生姜 にんにく 切干大根	♪ココア蒸しパン	621(569)	31.0(27.5)	
木	果物	切干大根とツナのサラダ みそ汁☆	厚揚げ 油揚げ		きゅうり えのきだけ わかめ	牛乳	24.1(22.0)	2.1(1.7)	31日 ハロウィン 誕生日会
31	牛乳	もみじご飯 ミートボール甘酢あん	豚挽肉 卵	米 麦 油	炊き込みわかめ素 人参 玉葱	ケーキ	645(604)	23.0(21.6)	
金	かし	かぼちゃサラダ オレンジ	ハム しらす	ごま	かぼちゃ きゅうり オレンジ	ヤクルトジョア	24.2(23.2)	1.3(1.2)	

《さつまいものおはなし》

主な成分は炭水化物です。
カロテンやビタミンC、E 食物繊維も多めです。
さつま芋は焼き芋や蒸かし芋、その他いろいろ
な料理に使いたい食材です。
ひげ根がすくなく、重みがある、黒っぽい蜜が
出ていれば甘い証拠です。



ばくばくレシピ!

『大根とツナの昆布和え』

<材料 1人分 g>
大根 ...25
人参 ...5
ツナ油漬け...3
塩昆布 ...1.2

<作り方>

- ① 大根と人参は5mm幅のいちょう切にして、さつと茹でる。
 - ② ツナは油切りして、①に加え、塩昆布で和える。
- ※和えるだけの簡単サラダです
お家にある材料で、すぐに作れます。

3歳以上児平均提供栄養量・0未満児：エネルギー550(526)・蛋白質23.2(21.8)・脂質17.6(17.4)・食塩1.8(1.6)

◇汁ものに☆がついている日は、みそ汁にはほしとかつお粥の混合だしをすまし汁には昆布とかつお粥の混合だしを作っています。♪マークがついている日はてづくりおやつです。食材の都合で献立を変更する場合があります。