



令和 8 年度 上大岡ゆう保育園

園だより

10 月号



暑い長い夏から、ようやく朝晩は秋の気配も感じられるようになってきました。

いるか・くじら組は今年も観光バスで遠足に行きます。今年はズーラシアへ行く事になりました。

普段経験出来ない事を経験出来たら良いなと思っています。まんぼう組はふれあい公園へ行き、たくさん身体を動かしてお楽しみのお弁当を食べてから園に帰る予定です。

乳児クラスも、季節の移り変わりや、秋の実りを感じられるよう積極的に戸外に出たいと思います。



今月の予定

- 1 日(木) らっこ組個人面談開始～9 日まで
- 7 日(水) 運動遊び(幼児クラス)
- 13 日(火) ペンギン組個人面談開始～23 日まで
- 14 日(水) 幼児クラス遠足
まんぼう組・ふれあい公園
いるか・くじら組・ズーラシア
新江ノ島水族館(雨天時)
- 15 日(木) 誕生会
- 20 日(火) 健康診断(乳児クラス)
- 23 日(木) ゆうゆうフェスタリハーサル(ペンギン以上)
※9時までに登園
- 26 日(月) かめ組個人面談開始～30 日まで
- 27 日(火) 健康診断(幼児クラス)
- 28 日(水) 運動遊び(幼児クラス)



法人内研修について

10/21.22.23 の 3 日間、同法人沼間愛児園より 1 名研修に入ります。

清水保育士が沼間愛児園へ研修に行きます。

実習生について

10/28.29.30 の 3 日間、横浜こども専門学校の実習生が入ります。

送迎時のお願い

・10 月 2 日(金)午後より玄関扉のナンバー変更をします。

番号については、改めてルクミーにてお知らせしますのでご確認をお願いします。玄関、電子錠ナンバーは、送迎される方にもお知らせ願います。(電話対応等で、すぐに出られないこともあります。)

・IC カードは、不審者侵入防止の役割もしています。忘れないようにしてください。また、首から下げてお入りください。IC カードを下げていない方へは声掛けをお願いします。

ルクミーのおたより配信について

アプリにて、園からのお知らせを配信しています。その中でも、保護者の方に必ず確認してもらいたい内容に関しては確認通知を付けて配信しています。

特に災害時・緊急時には、保護者の方が内容を確認されているか重要となってきます。

確認通知がついている時には、必ず通知の最後にある

確認するを押していただきますよう、ご協力をお願いします。



	午前 おやつ	献立	3時のおやつ	エネルギー たんぱく質	材 料 名		
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1 木	牛乳	ごはん 肉じゃが ブロッコリーのおかか和え 大根とねぎの味噌汁	レモンケーキ 牛乳	560.0(446.1) 21.3(17.8)	じゃがいも、米、小麦粉、 砂糖、砂糖	牛乳、豚肉、卵、米、みそ、無 塩バター、いわし(煮干し)、オスキ ムミルク、かつお節、牛乳(低脂肪)	だいこん、ブロッコリー、たまねぎ、し らたき、にんじん、〇レモン、ねぎ、い んげん、〇レモン果汁
2 金	牛乳	五目ラーメン ごぼうのサラダ パナナ	フルーツサンド 牛乳	572.6(432.4) 22.5(19.8)	生中華めん、〇食パン、マヨ ネーズ、ごま油、ごま	牛乳、豚肉(もも)、〇生クリーム、 ハム、牛乳(低脂肪)	バナナ、もやし、〇みかん缶、にんじ ん、ごぼう、チンゲンサイ、きゅうり、エ リンギ、ねぎ
3 土	牛乳	ハヤシライス コールスローサラダ かぶのスープ	きなこサンド 牛乳	592.2(466.0) 19.7(16.4)	米、〇食パン、じゃがいも、 油、砂糖、砂糖	牛乳、牛乳、豚肉(肩ロース・脂 身付)、〇無塩バター、〇きな粉	たまねぎ、きゅうり、キャベツ、かぶ、 にんじん、かぶ・葉
5 月	牛乳	ごはん さばの梅みそ焼き ひじきの炒り煮 けんちん汁	スイートポテト 牛乳	565.6(466.5) 22.9(19.2)	〇さつまいも、米、さといも、 砂糖、ごま、砂糖、ごま油	牛乳、さば、豆腐、スキムミルク、 油揚げ、米、みそ、〇無塩バター、 牛乳(低脂肪)、かつお節	だいこん、にんじん、ごぼう、うめ干 し、いんげん、ひじき、こんぶ(だし 用)
6 火	牛乳	ごはん なすの豚肉巻き 白菜とほうれんそうの海苔和え おふとねぎの味噌汁 梨	大豆とチーズのスクーン お茶	581.5(462.8) 20.9(18.4)	米、小麦粉、砂糖、焼 き(車ふ)、砂糖、片栗粉	豚肉、〇大豆、〇チーズ、〇卵、米 みそ、スキムミルク、〇無塩バター、 いわし(煮干し)、牛乳(低脂肪)	はくさい、なし、なす、ほうれんそう、 ねぎ、にんじん のり
7 水	牛乳	あんかスパゲッティ さつま芋のキュービックサラダ ワカメスープ	こぎつねごはん お茶	517.5(469.0) 15.5(16.3)	マカロニ・スパゲッティ、さつ まいも、〇米、油、砂糖、〇 砂糖	ウインナー、〇鶏ひき肉、〇油揚げ、 牛乳(低脂肪)	たまねぎ、きゅうり、にんじん、干し ぶどう、マッシュルーム、ピーマン、しめ じ、コーン缶、わかめ、バナナ
8 木	牛乳	ごはん 松風焼き かぼちゃの甘煮 かぶの味噌汁	フレンチトースト 牛乳	564.7(511.8) 24.6(23.4)	米、〇食パン、砂糖、〇砂 糖、ごま、片栗粉	牛乳、スキムミルク、ひき肉、卵、 淡色みそ、米、みそ、いわし(煮干し)、 牛乳(低脂肪)	かぼちゃ、かぶ、たまねぎ、かぶ・葉、 にんじん
9 金	牛乳	食パン チキンピカタ 大根サラダ キャベツスープ りんご	洋風寿司のおにぎり お茶	551.4(450.9) 31.5(26.1)	食パン、〇米、砂糖、油、 小麦粉、マーガリン・ソフト タイプ、ごま	牛乳、鶏肉(もも皮なし)、〇さけ、 卵、牛乳(低脂肪)	りんご、だいこん、キャベツ、きゅうり、 にんじん、たまねぎ、〇にんじん
10 土	牛乳	煮込みうどん ブロッコリーのごま酢和え パナナ	肉そぼろおにぎり お茶	454.1(424.3) 18.0(17.7)	ゆでうどん、〇米、ごま、砂 糖、砂糖	牛乳、鶏もも肉、〇鶏ひき肉	バナナ、ブロッコリー、ほうれんそう、 にんじん、えのきたけ、ねぎ
13 火	牛乳	ごはん スコッチエッグ にんじんのサラダ 大根とねぎの味噌汁	そうめんチャンプル お茶	524.3(483.5) 23.4(21.7)	米、〇ゆでそうめん、パン 粉、小麦粉、砂糖、油、〇 ごま油	卵、〇豚肉(肩)、ひき肉、チーズ、米 みそ(淡色みそ)、いわし(煮干し)、 牛乳(低脂肪)、うすうす卵水煮	にんじん、だいこん、たまねぎ、〇 キャベツ、〇たまねぎ、干しぶどう、ね ぎ、〇にんじん、〇にら
14 水	牛乳	ごはん 鶏肉の野菜巻き かぼちゃのサラダ きのこの味噌汁 梨	乳児 きな粉ラスク 幼児 ゼリー・菓子 お茶	0.0(493.6) 0.0(23.5)	片栗粉、米、〇食パン、〇砂 糖、砂糖、マヨネーズ	〇無塩バター、米、みそ(淡色み そ)、鶏ささ身、牛乳(低脂肪)、 牛乳、チーズ、〇きな粉	干しぶどう、にんじん、しめじ、しいた け、さやえんどう、きゅうり、かぼちゃ、 えのきたけ、いんげん
15 木	牛乳	ごはん えびフライ 白菜ととさみのサラダ 沢煮焼	さつま芋あんのだら焼き お茶	523.7(485.5) 21.7(19.5)	米、パン粉、小麦粉、油、 砂糖、油、片栗粉、砂糖、 ごま油 さつま芋	えび、〇スキムミルク、鶏ささ身、豚 肉(ばら)、〇あずき(乾)、牛乳(低 脂肪) 卵	はくさい、にんじん、だいこん、えのき たけ、ごぼう、ねぎ、いんげん、干し しいたけ、りんご
16 金	牛乳	食パン ドライバーン もやしのサラダ コーンスープ みかん	きりたんぽ鍋風 お茶	511.0(450.8) 22.2(21.6)	食パン、〇米、〇もち米、 マーガリン・ソフトタイプ、油、 砂糖、ごま油	〇鶏肉(もも皮なし)、豚ひき肉、鶏ひ き肉、粉チーズ、牛乳(低脂肪)	たまねぎ、トマト、バナナ、もやし、ク リームコーン缶、きゅうり、にんじん、 なす、しらたき、ごぼう、まいたけ、干 しぶどう、ねぎ、せり
17 土	牛乳	ベジタブルピラフ かぶのサラダ トマトスープ	ツナサンド 牛乳	565.8(436.5) 18.1(14.7)	米、〇食パン、〇マヨネーズ、 油、砂糖	牛乳、牛乳、ウインナー、〇ツナ 油漬(きはだ)、無塩バター	トマト、きゅうり、かぶ、レタス、ミックス ベジタブル(冷凍)、マッシュルーム 缶、にんじん、たまねぎ
19 月	牛乳	親子丼(高野豆腐入り) 切干大根のサラダ わかめの味噌汁	チーズケーキ お茶	592.5(495.4) 28.5(23.9)	米、砂糖、小麦粉、ご ま、砂糖、油	牛乳、卵、鶏もも肉、〇クリーム チーズ、〇生クリーム、米、みそ、凍 豆腐、かに(かまぼこ、いわし(煮干 し))、牛乳(低脂肪)	たまねぎ、きゅうり、ねぎ、にんじん、 切り干しだいこん、わかめ(乾)、〇レ モン果汁、焼きのり
20 火	牛乳	ごはん カジキのチーズパン粉焼き キャベツのお浸し 里芋の味噌汁 柿	肉まん 牛乳	521.3(477.6) 26.0(24.9)	米、さといも、小麦粉、強力 粉、マヨネーズ、パン粉、砂糖、 片栗粉、砂糖、ごま油	牛乳、かじき、〇豚ひき肉、米、み そ、ピザ用チーズ、いわし(煮干し)、 かつお節、牛乳(低脂肪)	柿、キャベツ、にんじん、〇たまねぎ、 ねぎ、〇エリンギ、〇にんじん、〇 ねぎ、パセリ
21 水	牛乳	食パン きのことハンバーグ パスタサラダ 青梗菜のスープ	しぐれめし お茶	505.5(446.5) 28.7(26.9)	食パン、〇米、マカロニ・ス パゲッティ、パン粉・生、マヨ ネーズ、マーガリン、砂糖	豚ひき肉、〇あさり水煮缶、卵、ハ ム、牛乳(低脂肪)	チンゲンサイ、たまねぎ、きゅうり、 キャベツ、しめじ、エリンギ、ねぎ、 にんじん、〇しょうが
22 木	牛乳	カレーうどん もやしと小松菜の中華和え りんご	カルシウムトースト 牛乳	528.6(463.0) 19.8(19.6)	ゆでうどん、じゃがいも、食パ ン、マヨネーズ、〇ごま(乾)、砂 糖、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース・脂身付)、 〇干しえび、牛乳(低脂肪)	りんご、たまねぎ、もやし、こまつな、 にんじん、〇あおのり
23 金	牛乳	ごはん 大豆のかき揚げ 大根と人参の甘酢和え 白菜の味噌汁	さつま芋のいもち 牛乳	547.4(520.3) 17.5(18.4)	米、〇さつまいも、小麦粉、 〇片栗粉、油、砂糖	牛乳、鶏ひき肉、米、みそ、〇無塩 バター、卵、いわし(煮干し)、かつお 節、牛乳(低脂肪)	だいこん、はくさい、にんじん、たま ねぎ、ピーマン
24 土	牛乳	マーボー丼 もやしときゅうりのナムル ワカメスープ	こんぶおにぎり お茶	438.0(411.4) 14.4(14.8)	米、〇米、砂糖、油、ごま 油、ごま、片栗粉	牛乳、絹ごし豆腐、豚ひき肉、米 みそ(淡色みそ)	もやし、きゅうり、たまねぎ、ねぎ、に んじん、〇塩こんぶ、カットわかめ、 しょうが
26 月	牛乳	ごはん 豚肉とさつま芋の甘辛あえ 白菜の和風ドレッシングあえ 豆腐の味噌汁	もちもちパン 牛乳	536.9(501.9) 21.7(21.6)	米、さつまいも、〇ホットケ ーキ粉、〇白玉粉、砂糖、油、 ごま油	牛乳、絹ごし豆腐、豚肉(肩)、スキ ムミルク、米、みそ、〇粉チーズ、い わし(煮干し)、牛乳(低脂肪)	はくさい、にんじん、ねぎ、しょうが、
27 火	牛乳	和風バター醤油パスタ 大根サラダ もやしのスープ バナナ	いなり寿司 お茶	557.0(487.7) 17.3(17.6)	マカロニ・スパゲッティ、 〇米、砂糖、油、〇ごま、ご ま	ひき肉、〇油揚げ、無塩バター、 牛乳(低脂肪)	バナナ、だいこん、もやし、ほうれんそ う、たまねぎ、きゅうり、にんじん、エ リンギ、しめじ、ねぎ
28 水	牛乳	ごはん 高野豆腐のはさみ煮 ブロッコリーの和風マヨネーズ和え なすの味噌汁	手作りあんぱん 牛乳	589.0(530.3) 26.7(25.5)	米、小麦粉、〇強力粉、 マヨネーズ、砂糖、片栗粉、 砂糖	牛乳、凍豆腐、鶏ひき肉、〇こ しあん(生)、卵、米、みそ(淡色み そ)、牛乳(低脂肪)	ブロッコリー、なす、にんじん、ねぎ
29 木	牛乳	ごはん さけの和風煮 筑前煮 大根とねぎの味噌汁	じゃが味噌ポテト 牛乳	505.9(454.8) 28.7(26.0)	〇じゃがいも、米、さといも、 ながいも、砂糖、砂糖、〇 すりごま	牛乳、さけ、鶏もも肉、米、みそ(淡 色みそ)、いわし(煮干し)、〇淡色 みそ、牛乳(低脂肪)	だいこん、れんこん、にんじん、板こ んにやく、ごぼう、ねぎ、いんげん
30 金	牛乳	ロールパン 鶏肉のマーマレード焼き かぼちゃのコンポート 白菜のスープ みかん	かぼちゃクッキー お茶	554.8(468.8) 25.9(22.7)	ロールパン、小麦粉、米、 砂糖、マヨネーズ	鶏肉(もも皮なし)、スキムミルク、ツナ 水煮缶、〇無塩バター、ピザ用チー ーズ、卵、牛乳(低脂肪)	みかん(早生)、はくさい、たまねぎ、 〇かぼちゃ、かぼちゃ、マーマレ ード、マッシュルーム
31 土	牛乳	豚肉の味噌丼 マカロニサラダ 中華スープ	ジャムマーガリンサンド 牛乳	554.8(468.8) 25.9(22.7)	米、マカロニ、砂糖、パン	豚肉、牛乳	玉ねぎ、にんじん、ちんげん菜、ピー マン、きゅうり、キャベツ



★ 15日 誕生会 30日 ハロウィンメニュー 14日 幼児遠足(お弁当)
※乳児食には毎食食時に果物がついています。

涼しく過ごしやすい日が増え、少しずつ秋の空気に変わってきました。長く雨が続
いていますが、十五夜のお月見にはきれいな満月がみえました。保育園ではくら
組がお月見団子づくりを作りお供えしました。お月見はきれいな満月を見ながら、
秋の収穫に感謝する日本の古くからの伝統行事です。
さわやかな実りの季節、子どもたちの食欲もぐんと増します。秋の味覚を存分に味
わいましょう。

