

保護者各位

金沢愛児園

9月 園だより



今年の夏はいちだんと暑さが厳しく、気温や熱中症指数の高い日が続きました。戸外へ出る事が出来ない日が多かったですが、プールや水遊びが出来た日は、開放感を味わいながら、思いきり楽しんでいました。

これからの季節、様々な行事があります。子どもたちひとり一人が楽しみながら自分の力を発揮できるような活動にしていきたいと思います。

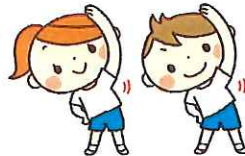
夏の疲れが出る頃です。お子さまの体調に変化があったり、いつもと様子が違うと感じた時には、お声かけ下さい。

9月の行事予定



- ♪ 1日(金) 防災・引き取り訓練 園児は地震・火災の設定で避難訓練を行います。
※保護者の皆様には引き取り訓練のご協力をお願いします。
16:00のマチコミメールを確認してから、勤務先又は自宅からお迎えに来てください。
メール受信の有無と引き渡しカードの確認・サインを頂きます。
※引き取り訓練のため布団カバーの交換はご遠慮ください。交換は4日(月)をお願いします。
ご都合の悪い方は担任までご相談ください。
- ♪ 8日(金) 誕生会
- ♪ 16日(土) 布団乾燥 シーツの変色が心配な方は、週明けの月曜日にかけて下さい。
- ♪ 26日(火) 運動会予行練習 幼児クラスは9:15までに登園して下さい。

今月の体操教室
7.21日(木)



お知らせ

- 幼児クラスは8月末にてプールは終了となりますが、シャワーは続けますので、引き続き検温とシャワー有無の印の記入をお願いします。
- 乳児クラスは9月も温水遊びやシャワーを行う予定です。
- 9月4日(月)～15日(金)洗足こども短期大学より実習生が入ります。

★運動会★

10月7日(土)に幼児クラス(ちゅうりっぷ組以上)の運動会を行います。

各クラス様々な運動遊びを通して、個々が発揮できるような取り組みを考えています。そして何より子どもたちが楽しんでいる姿をお見せしたいと思います。

残暑が厳しいですが、体調に気をつけながら、活動を行っていきます。

尚、運動会についての詳しいご案内は後日お知らせします。

★6日(水)、金沢警察署より防犯講習に来ていただき、職員が講習を受けます。防犯に対する考え方や、保育園での対策なども含めて、お話を伺います。防犯意識を高め、子どもたちの安心と安全に努めたいと思います。





【つぼみ組】

- 夏の疲れに留意し、1人ひとりに合わせた生活リズムの中、健康で快適に過ごす
 - 生活や遊びの中で、保育士と触れあうことを楽しむ
- 残暑が厳しく食欲不振や機嫌の悪くなる事があると
思います。1人ひとりに合わせて食事や睡眠時間を
調節したり、沐浴やシャワー
をして気持ち良さを感じて
いきたいです。



【たんぽぽ組】

- 自分の気持ちを理解して受け止めてもらうことで安定して過ごす
 - 戸外遊びを通して、他児と一緒に体を動かして遊ぶ楽しさを味わう
- 友だちに関心を持ち始め、名前を呼んだり同じ玩具で遊んだり、顔を見合わせて微笑み合う姿が増えてきました。気温が高すぎて、室内遊びの日が多いですが、太鼓橋、体操などで体を動かす遊びを十分に楽しんでいます。今月は暑さが和らぐ頃合いを見計らって、戸外遊びや散歩に出かけ、子どもたちの興味の幅を広げていきたいと思っています。

【すみれ組】

- 戸外で自然に触れながら遊ぶ
 - 言葉で伝えようとし、伝わる喜びを味わう
- 残暑が厳しそうですが、戸外に出られる日には、温水遊びをしたり、園庭遊びや散歩に出かけ体をたくさん動かして遊ぼうと思います。
- また、言葉を発したり、会話の機会が増えたので、応答的に関わって、伝わる喜びが言葉で伝える意欲につながるようにします。



【ちゅうりっぷ組】

- 運動会に向けての活動を通して、表現する楽しさを味わう
 - 遊びの中で、相手の気持ちを知る
- いよいよ運動会に向けての活動が本格的に始まってきます。歌ったり体を動かすのが大好きなちゅうりっぷ組らしく、楽しんで取り組んでいきたいです。また、友だち同士のやりとりの中で、相手がどんな気持ちなのか、代弁する中で少しずつ気付けるようにしていきたいです。

【もも組】

- 生活リズムを整えながら、心身ともに健康に過ごす
 - 友だちと共通の目的をもって活動する楽しさや、協力する大切さを知る
- 人参の生長を楽しみにしていましたが、暑さのため、残念な結果に…。秋まきにも挑戦したいと、先日新たに、種を蒔きました。11月ごろ収穫予定です。
- 今月は運動会に向けての活動が始まります。暑い日も続きそうですが、体調管理に留意して過ごしていきたいと思っています。

【さくら組】

- 友だちと協力しながら活動に取り組み、最後までやり遂げた達成感や充実感を味わう
 - 季節の変化に気付き、身近な自然と関わって遊ぶ
- 「ジャンボリ ミッキー」や「だんごむしロック」など、体操が大好きなさくら組さん。ノリノリで踊って、年下のお友だちにも優しく教えてくれています。
- 運動会の活動では、みんなで体を動かす楽しさを感じられるよう、取り組んでいきたいです。





金沢愛児園
2023年9月号

厳しかった夏の陽ざしも秋風とともに和らいできました。これからは、「秋」本番が始まります。
芸術の秋・読書の秋・スポーツの秋・食欲の秋と、いろいろな秋を満喫しましょう。

モロヘイヤの下ごしらえをしました

愛児園ではモロヘイヤを葉から茎を取って茹でます。約1200gも使用するので分けるのは大変な作業です。
そこで今回はもも組に下ごしらえをお手伝いしてもらいました！
モロヘイヤになじみがなく、なかなか触れられない様子もありましたが、
ちぎり始めるとどんどん積極的になり、あっという間に全て葉と茎に分けてくれました。
昼食のみそ汁に入れると以前よりもよく食べていました。
モロヘイヤは「野菜の王様」と言われるほどカルシウムや食物繊維が豊富です。
ご家庭でもお試しください。

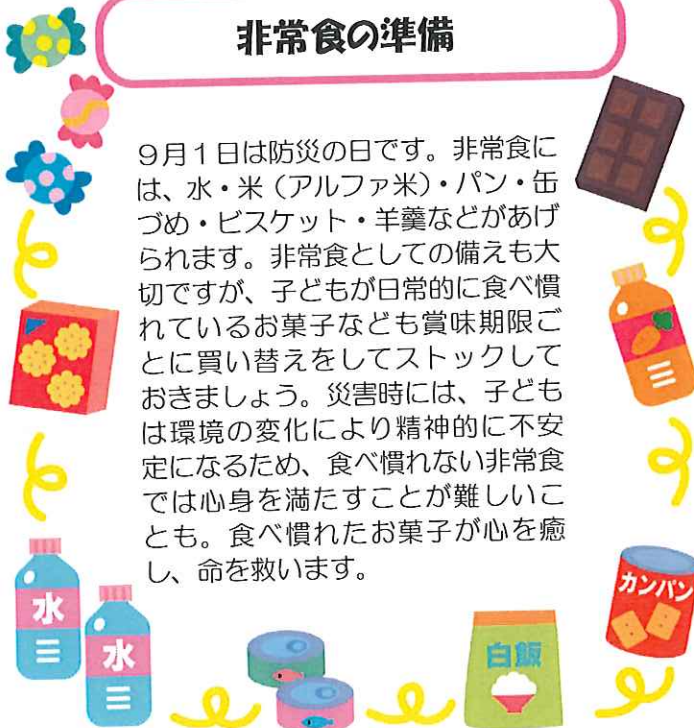


給食室よりお知らせ

9月から非加熱の果物は、さくら組、もも組、ちゅうりっぷ組に提供します。
また加熱した果物（サラダやケーキの具材、缶詰など）はたんぼぼ組の移行食から使用します。
ご確認お願い致します。

非常食の準備

9月1日は防災の日です。非常食には、水・米（アルファ米）・パン・缶づめ・ビスケット・羊羹などがあげられます。非常食としての備えも大切ですが、子どもが日常的に食べ慣れているお菓子なども賞味期限ごとに買い替えをしてストックしておきましょう。災害時には、子どもは環境の変化により精神的に不安定になるため、食べ慣れない非常食では心身を満たすことが難しいことも。食べ慣れたお菓子が心を癒し、命を救います。



いただきます

ごちそうさま



「命をいただく」という意味もこめられた「いただきます」のように、食事の挨拶をすることは大切です。ことばの意味がわからない赤ちゃんでも、けじめとして「食事の時間」を感じられるようになります。



玄関・ゆい組にて給食レシピ配布中です！

- ・鶏肉とこまつなのクリームライス
- ・アップルヨーグルトケーキ

金沢愛児園 献立表

2023年09月

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/糖質 (1人1日あたり)	材 料 名 <三色食品群別> (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				3時おやつ ※牛乳の量は 乳児100/幼児150cc
			熱と力になるもの <黄>	血や肉や骨になるもの <赤>	体の調子を整えるもの <緑>	調味料	
01 金	発芽玄米入り御飯 鶏肉のごま味噌焼き 切干大根の煮物 小松菜のすまし汁	602.6(508.0) 21.6(19.1) 23.5(20.8) 1.3(1.0)	米、○ホットケーキミックス、○砂糖、発芽玄米、ごま、油、砂糖、砂糖	○牛乳、鶏もも肉、○ヨーグルト(無糖)、○無塩バター、みそ、油揚げ、◎牛乳	○りんご、にんじん、切り干しだいこん、たまねぎ、ごまつな	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、食塩、酒	アップルヨーグルトケーキ 牛乳
02 土	豚肉スタミナ丼 キャベツのサラダ 玉ねぎと人参のスープ	544.2(464.7) 18.0(16.5) 19.1(17.5) 1.2(1.0)	◎さつまいも、米、○砂糖、ノンエッグマヨネーズ、○粗、○黒ごま、油	○牛乳、豚肩ロース肉、◎牛乳	キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、きゅうり、コーン缶、にら、にんにく、しょうが	しょうゆ、本みりん、鶏がらスープ、酒、○しょうゆ、食塩	大学芋 牛乳
04 月	御飯 鯖の西京焼き 厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 かぶのすまし汁	650.7(540.2) 32.8(26.4) 26.3(22.9) 1.7(1.4)	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖、砂糖、片栗粉	○牛乳、さけ、生揚げ、豚ひき肉、○無塩バター、○粉チーズ、みそ、◎牛乳	たまねぎ、かぶ、かぶの葉、にんじん、いんげん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、酒、食塩、○パセリ粉	サクサクチーズクッキー 牛乳
05 火	ソース焼きそば かぼちゃのサラダ 菜々蓂児のみ	629.0(474.5) 15.0(14.9) 10.9(12.1) 1.6(1.3)	焼きそばめん、○米、ノンエッグマヨネーズ、○ごま	豚肩ロース肉、スキムミルク、◎牛乳	かぼちゃ、なし、キャベツ、もやし、きゅうり、にんじん、たまねぎ、干しほうとう、ピーマン、○塩昆布、あおのり	やきそばソース	昆布おにぎり 麦茶
06 水	麦御飯 高野豆腐の酢豚風 三色野菜のナムル わかめと油揚げのみそ汁	489.3(426.2) 18.8(17.3) 10.6(11.8) 2.4(1.9)	米、○そうめん、豚骨むぎ(押戻)、片栗粉、油、砂糖、ごま、ごま油	豚肩ロース肉、○鶏もも肉、凍り豆腐、みそ、油揚げ、◎牛乳	もやし、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、○はくさい、ピーマン、○ねぎ、○にんじん、わかめ	○かつお・昆布だし汁、煮干し汁、しょうゆ、酢、ケチャップ、○しょうゆ	さっぱりそうめん 麦茶
07 木	鶏肉と小松菜のクリームライス ひじきのマリネ コーンのスープ	544.2(462.2) 28.0(23.8) 16.1(15.4) 1.5(1.2)	米、○マカロニ、小麦粉、○砂糖、油、砂糖	○牛乳、鶏もも肉、調整豆乳、ツナ油漬缶、スキムミルク、○きな粉、○スキムミルク、◎牛乳	たまねぎ、ごまつな、だいこん、きゅうり、にんじん、コーン缶、クリームコーン缶、ひじき、にんにく	酢、鶏がらスープ、食塩	マカロニきな粉 牛乳
08 金	＊生涯メニュー＊ ミルクロール 鶏の唐揚げ グリーンサラダ オニオンスープ	463.1(364.4) 19.1(16.5) 14.1(13.1) 1.7(1.2)	ミルクロール、片栗粉、油、砂糖	○牛乳、鶏もも肉、◎牛乳	キャベツ、○みかん缶(液汁)、たまねぎ、○みかん缶、きゅうり、ブロッコリー、○白揚げ、にんじん、にんにく、しょうが	酢、しょうゆ、酒、鶏がらスープ、食塩	寒天入りフルーツポンチ 牛乳
09 土	タンメン風うどん スイートポテトサラダ	544.6(476.5) 14.7(14.5) 13.8(14.0) 1.5(1.2)	さつまいも、○米、干しうどん、ノンエッグマヨネーズ、片栗粉、ごま油、○ごま油	豚肩ロース肉、○ツナ油漬缶、なると、◎牛乳	きゅうり、キャベツ、もやし、にんじん、干しほうとう、にら、○塩昆布、○あおのり	しょうゆ、鶏がらスープ	シーチキンと塩昆布の混ぜ御飯 麦茶
11 月	御飯 さんまのかば焼き 三色野菜の湯煎和え しめじと玉ねぎのみそ汁	518.5(431.7) 17.1(15.3) 17.7(15.8) 1.4(1.1)	米、○マッシュマロ、○クラッカー、油、片栗粉、砂糖	○牛乳、さんま、みそ、◎牛乳	もやし、ごまつな、たまねぎ、しめじ、えのきたけ、にんじん、焼きのり	煮干しだし、しょうゆ、酒、みりん	マッシュマロサンド 牛乳
12 火	黒糖パン ポテトグラタン さっぱりサラダ 玉ねぎと人参のスープ	483.3(405.4) 20.8(18.5) 22.0(17.6) 1.9(1.4)	○米、黒糖パン、じゃがいも、小麦粉、油	牛乳、鶏もも肉、○鶏もも肉、チーズ、バター、スキムミルク、◎牛乳	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、にんじん、○にんじん、○たまねぎ、しめじ、コーン缶	酢、しょうゆ、鶏がらスープ、○鶏がらスープ、パセリ粉、○食塩	チキンピラフ 麦茶
13 水	黒米入り御飯 鶏肉の照焼 切り干し大根のサラダ 白菜のすまし汁	473.0(413.1) 21.8(19.3) 14.8(14.4) 1.8(1.4)	○じゃがいも、米、ノンエッグマヨネーズ、すりごま、○油、砂糖、黒米	○牛乳、鶏もも肉、スキムミルク、◎牛乳	はくさい、たまねぎ、きゅうり、切り干しだいこん、にんじん、しょうが、○あおのり	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酢、本みりん、○食塩、食塩、酒	フライドポテト 牛乳
14 木	豚肉のしょうが焼き丼 ブロッコリーのごま酢和え 豆腐となめこのみそ汁	559.0(490.9) 23.4(21.0) 22.3(20.3) 2.1(1.7)	米、○食パン、○ノンエッグマヨネーズ、ごま、砂糖、油	○牛乳、豚肩ロース肉、木綿豆腐、みそ、◎牛乳	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、○クリームコーン缶、なめこ、ねぎ、○たまねぎ、しょうが	煮干しだし、しょうゆ、本みりん、酒、酢	コーンマヨネーズトースト 牛乳
15 金	カレーうどん ゆかり和え バナナ※幼児のみ	501.8(417.8) 17.2(16.0) 12.8(13.3) 2.2(1.8)	○米、干しうどん、○ごま、油	豚肩ロース肉、○チーズ、○かつお節、◎牛乳	もやし、バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ねぎ、せそふりかけ	かつお・昆布だし汁、カレールー、しょうゆ、○しょうゆ	チーズおかかおにぎり 麦茶
16 土	豚肉チャーハン きゅうりともやしのナムル わかめとねぎのスープ	462.2(405.1) 17.2(15.7) 12.5(12.5) 2.0(1.6)	米、○食パン、ごま、ごま油、油	○牛乳、豚ひき肉、◎牛乳	もやし、きゅうり、にんじん、たまねぎ、コーン缶、○いちごジャム・監修度、ねぎ、わかめ、あおのり	しょうゆ、鶏がらスープ、酒、食塩	ジャムサンド 牛乳
19 火	発芽米御飯 さわらのごま照り焼き 三色野菜の納豆和え 油あげと白菜の豆乳みそ汁	616.0(512.9) 27.7(22.7) 24.2(21.1) 1.5(1.2)	発芽米、○小麦粉、○油、○砂糖、ごま	○牛乳、さわか、調整豆乳、挽きわり納豆、みそ、油揚げ、◎牛乳	もやし、ごまつな、はくさい、たまねぎ、にんじん、しょうが	煮干しだし、しょうゆ、酒、みりん	ココアちんすこう 牛乳
20 水	三色どんぶり おからサラダ 中華風スープ	436.2(387.8) 13.8(13.6) 12.5(13.1) 1.3(1.1)	◎さつまいも、米、○砂糖、ノンエッグマヨネーズ、砂糖、ごま油	豚ひき肉、おから、ハム、○生クリーム、○無塩バター、スキムミルク、◎牛乳	ブロッコリー、ほうれんそう、たまねぎ、コーン缶、にんじん、しょうが	しょうゆ、酒、鶏がらスープ	スイートポテト 麦茶
21 木	御飯 レバーのかりん揚げ 小松菜のおかか和え かぶのみそ汁	544.6(462.0) 26.7(22.8) 16.0(15.2) 2.2(1.7)	米、○食パン、片栗粉、油、ごま、○ノンエッグマヨネーズ、砂糖	○牛乳、豚レバー、○プロセスチーズ、みそ、かつお節、○スキムミルク、◎牛乳	キャベツ、たまねぎ、ごまつな、かぶ、にんじん、かぶの葉、○あおのり、しょうが	煮干しだし、ケチャップ、しょうゆ、中濃ソース、酒	蕎麦のりチーズサンド 牛乳
22 金	ミートソースパヴェティ ポテトサラダ コーンクリームスープ	603.2(519.9) 23.2(20.8) 19.2(18.2) 1.7(1.4)	じゃがいも、○米、スライスチーズ、ノンエッグマヨネーズ、○ごま油、砂糖、油	牛乳、豚ひき肉、ツナ油漬缶、○ハム、○しらす干し、スキムミルク、バター、クリームチーズ、粉チーズ、◎牛乳	たまねぎ、クリームコーン缶、カットトマト缶、きゅうり、○ブロッコリー、にんじん、コーン缶、セロリ	中濃ソース、ケチャップ、鶏がらスープ、○しょうゆ、酢、酒、○食塩	ハムとじゃこの混ぜ御飯 麦茶
25 月	発芽玄米入り御飯 鶏肉のマヨネーズ焼き 根菜の煮物 厚揚げとキャベツのみそ汁	618.7(510.5) 23.2(20.3) 21.0(18.9) 1.7(1.3)	米、○小麦粉、○コーンスターチ、○砂糖、○砂糖、パン粉、発芽玄米、ノンエッグマヨネーズ、砂糖	○牛乳、鶏もも肉、○無塩バター、生揚げ、○牛乳、みそ、さつまいも、スキムミルク、◎牛乳	だいこん、れんこん、にんじん、キャベツ、たまねぎ、ごぼう、いんげん、しょうが	煮干しだし、しょうゆ、本みりん、酒、パセリ粉、かつお・昆布だし汁	パニョキョッフェルン 牛乳
26 火	カレーライス 三色野菜のツナあえ オニオンスープ	538.9(460.2) 17.1(16.0) 16.9(16.2) 2.1(1.7)	米、じゃがいも、○パヴェティミックス、ごま、油、砂糖	○牛乳、豚肩ロース肉、ツナ油漬缶、スキムミルク、バター、◎牛乳	たまねぎ、にんじん、ピーマン	カレールー、ケチャップ、しょうゆ、中濃ソース、鶏がらスープ、酢	いちごバナナア おせんべい 麦茶
27 水	食パン 煮込みハンバーグ フレッシュサラダ 玉ねぎと人参のスープ	491.8(433.5) 19.3(17.8) 14.7(14.8) 1.9(1.5)	○米、食パン、パン粉、○ごま、油、砂糖	豚ひき肉、牛乳、スキムミルク、◎牛乳	たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶	酢、中濃ソース、ケチャップ、鶏がらスープ、食塩	わかめおにぎり 麦茶
28 木	御飯 かじきのフィッシュチップス コールスローサラダ お菇のすまし汁	605.1(477.8) 26.8(20.2) 24.7(19.2) 1.3(1.0)	米、○メロンパン、パン粉、油、小麦粉、ノンエッグマヨネーズ、お菇、砂糖	○牛乳、かじき、粉チーズ、スキムミルク、◎牛乳	キャベツ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、コーン缶	かつお・昆布だし汁、酢、しょうゆ、パセリ粉、本みりん、食塩、酒	メロンパン 牛乳
29 金	味噌ラーメン 南国の甘煮 バナナ※幼児のみ	484.5(406.8) 15.6(14.9) 6.9(6.9) 1.6(1.3)	中華めん、○米、砂糖、ごま油	豚もも肉、○油揚げ、◎牛乳	かぼちゃ、バナナ、もやし、キャベツ、コーン缶、ねぎ、にんじん、○コーン缶、○にんじん、にんにく	○しょうゆ、しょうゆ、本みりん、ラーメンスープ	ごきつねごはん 麦茶
30 土	ケチャップチキンライス キャベツのツナマヨネーズ和え 玉ねぎと人参のスープ	470.9(408.4) 17.1(15.6) 13.1(12.9) 4.1(3.1)	米、○焼きそばめん、ノンエッグマヨネーズ、油	○牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶、◎牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん、○にんじん、○たまねぎ	○焼きそば粉末ソース、ケチャップ、鶏がらスープ	焼きそば 牛乳

※都合により変更することがございます。 ※10時おやつは乳児クラス(つぼみ・たんぽぽ・すみれ組)のみ牛乳100ccを提供しています。