

日曜	保育行事	保育指導	連絡事項	誕生日おめでとう	日曜	献立	主食	おやつ(幼児)	おやつ(乳児)
1木	防災の日	避難訓練			1木	夏野菜のカレーライス, フレンチサラダ	ごはん	ジャムサンド 野菜果汁	ジャムサンド 野菜果汁
2金		4歳児園外保育(名古屋港水族館・おにぎり弁当)			2金	豚丼, 味噌汁, バナナ	ごはん	クロワッサン 牛乳	かにパン 牛乳
3土	希望保育: 出欠は木曜日までにご連絡ください	父母会役員会	おやじの会	くぼみれい	3土	肉うどん, ヨーグルト和え	めん	-	-
4日				みさきえいた	4日				
5月		体育/音楽指導・A			5月	ナス入りミートスパゲッティ, かぼちゃサラダ, スープ	めん	おにぎり お茶	おにぎり お茶
6火			ポッポの会	そえだなほこ先生	6火	鶏肉の大豆五目煮, すまし汁, 梨	ごはん	焼きそば お茶	焼きそば お茶
7水					7水	鯖のみぞれ煮, ブロッコリーゴママヨネーズ和え, 味噌汁	ごはん	そうめん お茶	そうめん お茶
8木		習字: 年長			8木	シューマイ, ゴマ和え, 納豆, 冬瓜汁	ごはん	キャロット蒸しパン 牛乳	キャロット蒸しパン 牛乳
9金					9金	スプーンコロッケ, キャベツとコーンのサラダ, 春雨スープ	ごはん	わらびもち 牛乳	バナナ 牛乳
10土	希望保育: 出欠は木曜日までにご連絡ください			よねづさつき	10土	焼きうどん, スープ, オレンジ	めん		
11日					11日				
12月	身体測定(乳児)	体育/音楽指導・B		まぶちたけなり	12月	肉うどん, 梨ときゅうりのゴマ酢和え	めん	ピラフ お茶	ピラフ お茶
13火	身体測定(森・虹)		定期集金		13火	コーン付肉団子, ミニトマト, 納豆, 味噌汁	ごはん	ジャムサンド 野菜果汁	ジャムサンド 野菜果汁
14水	身体測定(空・太陽)	2歳児園外保育(フローラルガーデン)		はんやとしき	14水	鮭のマリネ, ゆかりご飯, コーンスープ	ごはん	そうめん お茶	そうめん お茶
15木		上履き, スモック注文書配布			15木	五目鶏ごはん, ゆかり和え, かきたま汁	ごはん	お月見団子 牛乳	お月見団子 牛乳
16金	お弁当の日	5歳児園外保育(名古屋港水族館)			16金	お弁当の日		スティックパン 果汁	スティックパン 果汁
17土	希望保育: 出欠は木曜日までにご連絡ください	就職説明会		よしむらみほ先生	17土	親子うどん, 梨	めん	-	-
18日					18日				
19月	けいろうのひ(敬老の日)			ちんせいきよく	19月	けいろうのひ(敬老の日)			
20火		体育/音楽指導・A	千燈祭		20火	ナポリタンスパゲッティ, キャベツとパインのサラダ, スープ	めん	おはぎ お茶	おはぎ お茶
21水		交通指導	弘法様命日	かとうたける	21水	鶏肉の肉じゃが, 納豆, すまし汁	ごはん	黒ゴマクロワッサン 牛乳	かにパン 牛乳
22木	しゅうぶんのひ(秋分の日)				22木	しゅうぶんのひ(秋分の日)			
23金		3歳児園外保育(ミササガパーク)			23金	ハンバーグ, ポパイサラダ, 味噌汁	ごはん	そうめん お茶	そうめん お茶
24土	希望保育: 出欠は木曜日までにご連絡ください	運動会ハッ田小			24土	焼きそば, スープ, バナナ	めん		
25日				みやたゆきほ先生	25日				
26月		体育/音楽指導・B			26月	味噌うどん, 中華和え	めん	おにぎり お茶	おにぎり お茶
27火			ポッポの会		27火	鶏肉の竜田揚げ, 切干大根煮, 味噌汁	ごはん	ホットドッグ 牛乳	ホットドッグ 牛乳
28水		習字: 年長		あべきょうこ	28水	さんまの蒲焼丼, きゅうりの黒ゴマサラダ, 味噌汁	ごはん	お好み焼き 牛乳	お好み焼き 牛乳
29木					29木	骨太ごはん, 冬瓜の炒め物, すまし汁	ごはん	ホットケーキ 牛乳	ホットケーキ 牛乳
30金	おたんじょうかい				30金	三色丼, かぼちゃの甘煮, すまし汁	ごはん	フルーツサンデー	フルーツサンデー
1土	希望保育: 出欠は木曜日までにご連絡ください				1土				

にしまるかいとなみかわみなとたかはしりゅうとくのひいろ

かまつかつきはごうたはると

はやしかえでこんどうさな

ちゃやゆすきいちはしみお

連絡事項: わからないことがある場合は、担任までお尋ね下さい。

1 今月から運動会の練習が始まります。走ったり、踊ったり、毎日エネルギーをたくさん使います。本人の実力を発揮させるためにも、朝御飯をしっかり食べるようご配慮ください。

2 この時期は、台風などによる警報が発令されます。天気予報などに注意し、警報が発令されそうな時は、仕事場などに事前にお話いただき、速やかなお迎えができる様、ご配慮ください。

3 今月の「おやじの会」は、滑り台・スロープの作成を予定しております。多くの参加をお願いします。作業時間は、9:00~12:00までですが、参加時間は自由です。大勢の参加をお待ちしております。

10月の主な行事予定 : 行事は変更となる場合が有ります。

5水	避難訓練	15土	運動会: 予備日16日	その他
7金	運動会予行練習	17月	衣替え・個人懇談会	父母役員会: 1日(土)
11火	身体測定-乳児	25火	お弁当・園外保育-5歳児	おやじの会: 8日(土)
12水	定期集金, 身体測定(森・虹)	26水	園外保育-4歳児, 3歳児(27日)	ほっほの会: 4・25日
13木	身体測定(空・太陽)	28金	お誕生会	弘法様命日: 21日(水)

ついでにませんか! かぼちゃサラダ

かぼちゃに多く含まれるカロチンは粘膜を丈夫にし、風邪などの菌に対する抵抗力をつける効果があります。ホクホクして甘いので、煮物・揚げ物・焼き物からスープやお菓子、スイーツまで使えます。保育園でも月1~2回のかぼちゃ料理を作ります。今回はその中で『調理員さん! かぼちゃサラダの作り方教えて!!』と熱烈なリクエストがあったので、ご紹介します。

知りたいレシピ、作りたい献立などありましたら、お気軽にごはんの家まで声をかけてくださいね~!

材料(4人前)

- ・ハム . . . 20g
- ・かぼちゃ . . . 200g
- ・きゅうり . . . 50g
- ・レーズン . . . 16g
- ・マヨネーズ . . . 32g

作り方

- ① かぼちゃをゆでて、つぶして冷ます。つぶし加減はお好みで。
- ② きゅうりは薄切りにし、塩をふってしばらくおいておき、しぼる。
- ③ ハムを切る。(保育園ではボイルします)
- ④ レーズンは熱湯に浸しておく。やわらかくなったら水分をきっておく。
- ⑤ 全て冷めたら、マヨネーズで和えて出来上がり!

※茹で上がったかぼちゃに 塩・こしょうをお好みで入れてください。味が引き締まります!