

10月のこんだて

R4. 9. 26 太田東保育園

日	1. 2才児		副 食	お や つ	エネルギー(kcal)		行事予定	メモ	
	曜日	午前おやつ			主食	0.1.2才			3.4.5才
1	土	おかき、お茶	めん	ラーメン、牛乳、果物	おにぎり、麦茶	316	341		
3	月	とんがりコーン、お茶	ごはん	ポークカレー、かみかみ和え、福神漬け、梨	おふのラスク、牛乳	498	581	避難訓練	ひんやりとした風が吹き
4	火	ブリッツ、お茶	ごはん	さばの味噌煮、切り干し大根の煮付け、塩きゅうり、スープ	おかき、バナナシェイク	505	543		始め、季節は秋へと移って
5	水	クッキー、お茶	ごはん	豚肉といとこんの卵とじ、じゃが芋のカレー揚げ、ミニトマト、五目みそ汁	スチームチーズケーキ、牛乳	540	611	2歳児運動会	きました。これからは食欲
6	木	おかき、お茶	ごはん	筑前煮、ホタテ風フライ、塩きゅうり、みそ汁	紅葉ヨーグルト、えびせん	470	531		の秋！旬のサツマイモや栗
7	金	アスパラガス、お茶	ごはん	マーボー豆腐、エビシューマイ、おなかブロッコリー、スープ	芋のつき揚げ、牛乳	535	657	4歳児運動会	梨、ぶどうにりんごおいしい
8	土	おかき、お茶	めん	塩焼きそば、スープ、牛乳、果物	パン、麦茶	343	374		物がいっぱいです。こどもた
11	火	ヨーグルト、レーズン	ごはん	鮭の塩焼き、秋の五色和え、ミニトマト、のっぺい汁	炭酸饅頭、牛乳	491	569	身長体重測定 ※年長児おやつ作り	ちの食欲も増してくるので、
12	水	野菜かりんとう、お茶	ごはん	ささみのチーズフライ、フレンチサラダ、スープ	おかき、梨	388	421	1歳児運動会	この機会に苦手だったもの
13	木	ルヴァン、ジョア	ふりかけ ごはん	中華風厚揚げの煮物、チキンナゲット、塩きゅうり、みそ汁	きな粉白玉、牛乳	574	640		に挑戦すると食べられるよ
14	金	チーズ、お茶	ごはん	ハンバーグ、野菜炒め、おなかブロッコリー、スープ	ホットケーキ、牛乳	355	386	3歳児運動会	うになるかもしれませんね。
15	土	おかき、お茶	めん	スパゲティー、スープ、牛乳、果物	おにぎり、麦茶	421	465		冬に向けてしっかり食べて
17	月	ビスコ、お茶	ごはん	ニラ豚混ぜごはん、さつま芋サラダ、ミニトマト、スープ	ピザ風お好み焼き、ヤクルト	469	483		寒さに負けない体を作って
18	火	ウエハース、お茶	ごはん	チキンカレー、コーンサラダ、福神漬け、りんご	ひじきせんべい、 ぶどうジュース	565	666		いきましょう。
19	水	おかき、お茶	ごはん	白身魚のフライ、千切りきゃべつ、ミニトマト、豚汁	マスカットゼリー、 たべっ子動物	467	494	食育の日	
20	木	ハーベスト、お茶	ごはん	肉じゃが、野菜入り納豆、昆布マヨブロッコリー、みそ汁	チーズパイ、りんごジュース	441	475		
21	金	芋けんぴ、お茶		袋詰め菓子、牛乳				ニコニコデイ	
22	土	おかき、お茶	めん	けんちんうどん、牛乳、果物	おにぎり、麦茶	330	357		お箸を使って食べられたら
24	月	ゼリー、ごさかな	めん	ラーメン、ぎょうざ、ブロッコリーサラダ	スイートポテト、牛乳	405	496		かっこいいですよ！保育
25	火	サッポロポテト、お茶	ごはん	鯖の竜田揚げ、五目ナムル、ミニトマト、みそ汁	黒ゴマカップケーキ、ジョア	477	500	年長児卒園記念撮影	園では遊びの中でいろいろ
26	水	チーズ、お茶	パン	クリームシチュー、ウィンナーソテー、グリーンサラダ、りんご	ビスケット、豆乳ココア	555	650		なものを箸で掴む練習をし
27	木	おかき、お茶	わかめ ごはん	八宝菜、ポークシューマイ、ミニトマト、中華風コーンスープ	桃のヨーグルトがけ、 ブリッツ	442	458		ます。脳の指令が指先まで
28	金	えびせん、お茶	ごはん	豚肉の生姜焼き、かぼちゃサラダ、塩きゅうり、野菜スープ	たまごケーキ、牛乳	538	593		到達する5歳頃にお箸を持
29	土	おかき、お茶	めん	スパゲティーミートソース、スープ、牛乳、果物	おにぎり、麦茶	387	429		ち始めると変な癖がつきに
31	月	Caせんべい、お茶	ごはん	鶏肉の照り焼き、マカロニグラタン風煮、塩きゅうり、スープ	かぼちゃクッキー、牛乳	548	626		くいそうです。

