

日 曜	行事 誕生児紹介	午前おやつ (未満児)	午後おやつ	主食	昼食メニューと食材 (調味料は記載してありません)
1月		ヤクルト		ご飯	肉豆腐 大根の柚子酢和え さつまいもの味噌汁
2火	お茶会	牛乳 柿 ココアミルク オレンジ お菓子スナック		ご飯	魚の唐揚げ(野菜あん) 和風サラダ きのこ汁
3水		バナナ ミルク キウイ お好み焼き		ご飯	きんぴらごぼう 青菜のピーナッツ和え 野菜汁
4木	身体測定	牛乳 プラム ミルク バイン パンフディング		ご飯	南瓜グラタン ツナサラダ かぶのスープ
5金		牛乳 りんご 黒豆茶 メロン ようかん		栗ご飯	真珠団子 もやしとハムのサラダ 中華風たまごスープ
6土		職員研修の為、保育はありません			
9火	8日(月)	9/30(日)運動会の代休の為、休園となります			
10水	ABC 芋ほり(もも以上児)	牛乳 キウイ ミルク 桃 さつまいもの ロールケーキ		ご飯	五目大豆煮 梅肉和え みょうが汁
11木	フラワー便	牛乳 ぶどう シリア パナナ ポップコーン		銀杏 ご飯	秋野菜のかき揚げ ひじきの煮物 とろろ昆布汁
12金	温水プール	牛乳 洋なし 黒豆茶 柿 抹茶わらび餅		ご飯	鶏の照り焼き さつまいもサラダ ミネストローネ
13土	14日(日)	果物 レタスサンド 牛乳			
15月		りんごジュース ミルク バイン ナッツクッキー		ご飯	レバニラ炒め 塩昆布和え 青梗菜のおすまし
16火	お茶会	牛乳 グレープフルーツ ミルク キウイ きな粉白玉		ご飯	炒り豆腐 南瓜のいとこ煮 かぶの味噌汁
17水	演劇鑑賞会(うめくり)	バナナ 抹茶ミルク りんご パンかりんとう		さつまいも ご飯	魚の生姜煮 うりもみ 豚汁

平成30年度
くりのみ保育園
10月

ハロウィン
-ぐりとぐら-

東 君平 ☆ひとくちどうわ☆

ほし
まっくらな そらに ひとつだけ
ちかちかと ほしが できていた
「あの ほし ひとつだけが
どうして できているのかなあ」
おんろの かえりみち
おとうさんが いいました。
「きつと おもてに たたきかいてるんだ」
と いって わらいました

10月のポイント
病気でないけど健康でない子。No.1

眠る事がきらいな子どもさんが増えて
います。夜の睡眠が少なくても
「おひるねをしません」けれど眠りの中
子どもの脳は育つのです。ひとりひとり
体の中には時計をもっています。
(一日24時間で一周します)体内時計を
生き生きと正確に働かせるため脳内を
より一層活動させてくれます。この時計を
狂わせるとホルモンや自律神経が
「時差ボケ」をおこし活動をおさえて
しまいます。「まず第一に朝はひとり
目ざめていますか」

次号へ

日 曜	行事 誕生児紹介	午前おやつ (未満児)	午後おやつ	主食	昼食メニューと食材 (調味料は記載してありません)
18木	防災訓練 園医検診	牛乳 柿 ミルク オレンジ チーズポテト		ご飯	きのこハンバーグ コールスロー クラムチャウダー
19金		牛乳 メロン 黒豆茶 洋なし まんじゅう		そば	けんちんそば ビーンズサラダ うさぎりんご
20土		果物 ポテトサラダ 牛乳			
22月		牛乳 桃 ミルク ぶどう じゃこトースト		ご飯	鶏の唐揚げ(葱ソース) ポテトサラダ 白はんぺんのおすまし
23火		牛乳 りんご ミルク バナナケーキ		きのこ ご飯	野菜の旨煮 ゆかり和え 納豆汁
24水	ABC 交流保育(ひかり保)	牛乳 バイン きな粉ミルク グレープフルーツ さつまいも蒸しパン		ご飯	八宝菜 春雨の中華風サラダ わかめスープ
25木	おもしろシアター	牛乳 オレンジ ミルク メロン ちんすこう		ご飯	オムライスドリア フレンチサラダ 野菜スープ
26金	温水プール	牛乳 キウイ 黒豆茶 柿 大学芋		ご飯	魚の幽庵焼き 切干大根の煮物 茶碗蒸し
27土	28日(日)	親子遠足☆まかいの牧場へ行きます			
29月	交通教室	バナナ ミルク バイン 南瓜パイ		ご飯	卵の花炒り煮 かぶのごま和え かき玉汁
30火		牛乳 グレープフルーツ ミルク 洋なし お汁粉		ご飯	魚のフライ 白和え 里芋の味噌汁
31水	ハロウィン	オレンジジュース ミルク りんご ハロウィンクッキー		ご飯 パン うどん	野菜カレー スティックサラダ フルーツヨーグルト

お知らせ

*すくすく子育て応援会と奉仕作業のご協力をありがとうございました。
*9(火)は運動会の振り替えて代休となります。
*18(木)は桜井ファミリークリニック医師による園医検診がありますのでお休みしないでね。
*27(土)親子遠足でまかいの牧場に行きます。皆さんご家族で楽しみましょう。
詳しくは別便でお知らせします。