



10がつの行事・こんだて



29年度



日	曜	行事
1	日	
2	月	
3	火	未満児研修
4	水	3才社会見学
5	木	5才社会見学
6	金	リトミック
7	土	
8	日	
9	月	体育の日
10	火	えいご (3才社会見学予備日)
11	水	(5才社会見学予備日)
12	木	こども園中堅教諭研修
13	金	リトミック
14	土	
15	日	
16	月	
17	火	調理師研究会(阿部)
18	水	保育士研(岩崎)
19	木	忍者遠足 お弁当日(おにぎり)
20	金	リトミック
21	土	
22	日	
23	月	
24	火	公開保育 えいごあそび
25	水	誕生日会 試食会
26	木	
27	金	リトミック
28	土	
29	日	
30	月	
31	火	

	月	火	水	木	金	土	日
日にち	2	3	4	5	6	7	8
9時のおやつ	牛乳, チーズ	牛乳, 果物	牛乳, スキムヨーグルト	牛乳, 果物	牛乳, 果物	りんご	
昼食	さんまの蒲焼き 野菜の卵とじ 中華風コーンスープ 果物	ポークビーンズ から揚げ 野菜サラダ 果物	にゅうめん 鯖の味噌煮 ブロッコリーのおかか和え 果物	鶏肉と卵のさっぱり煮 ごぼうサラダ, トマト 野菜の味噌汁 果物	豚肉の生姜焼き 豆腐チャンプルー かぼちゃスープ 果物	洋風炊き込みご飯 ベーコンとレタスのすまし汁 果物	
3時のおやつ	ココアミルク, やせ馬	ミルク, パンプティング	ミルク, 利休白玉団子	ミルク, チーズ入りお好み焼き	ミルク, りんごヨーグルト蒸しパン	牛乳, 野菜スティック	
日にち	9	10	11	12	13	14	15
9時のおやつ	体育の日		牛乳, 果物	牛乳, チーズ	牛乳, レーズン蒸しパン	牛乳, 果物	梨
昼食	体育の日		マーボー豆腐 鮭の塩焼き かぼちゃの煮物 果物	五目厚焼き卵 レタス, ふかし芋 かしわ汁 果物	八宝菜 中華キュウリ ウインナー 果物	魚のごま味噌焼き ブロッコリーとしらすの和風サラダ かき玉そうめん 果物	ちゃんぽん 果物
3時のおやつ	体育の日		ミルク, ごま入りシェンケリー	麦茶, 桜海老と青のりのおにぎり	ミルク, スキムミルクもち	ミルク, じゃがもち	牛乳, かりんとう
日にち	16	17	18	19	20	21	22
9時のおやつ	牛乳, 果物	牛乳, チーズ	牛乳, 果物	牛乳, 果物	牛乳, 果物	みかん	
昼食	チキンケチャップソテー ひじきの和風サラダ 野菜のミルクスープ 果物	カレーライス ブロッコリーのごま和え 鶏レバーの甘辛煮 果物	鮭のチーズ焼き ポテトサラダ 豚汁 果物	忍者遠足 (おにぎり)	いわしハンバーグの照り焼き 栄養きんぴら 豆腐ときくらげのすまし汁 果物	親子うどん 果物	
3時のおやつ	ミルク, アップルケーキ	ココアミルク, 麩のパターナック	ミルク, 納豆トースト	ソフール	麦茶, のりとちりめんおにぎり	牛乳, カル鉄スティック	
日にち	23	24	25	26	27	28	29
9時のおやつ	牛乳, チーズ	牛乳, かりかりいりこ	牛乳, 果物	みかんスキムヨーグルト	牛乳, 果物	りんご	
昼食	かぼちゃのそぼろ煮 赤魚のケチャップソテー わかめとじゃこの甘辛煮 果物	国東ハンバーグ ほうれん草とツナのサラダ ミネストローネ 果物	魚の梅しそ焼き わかめのごま風味和え きのこの味噌汁 果物	肉じゃが れんこんの素揚げ 大豆の甘辛煮 果物	マカロニグラタン 野菜のごま和え 洋風かき玉汁 果物	チャンプル風ビーフン 果物	
3時のおやつ	ミルク, ごま入り揚げ菓子	ミルク, 黄粉団子	ミルク, ブラウニー	麦茶, 鶏そぼろおにぎり	ぜんざい	牛乳, 小魚せんべい	
日にち	30	31	献立紹介☆国東ハンバーグ☆ 国東市の特産品を使ったメニューです！ ① ひじきは水で戻し、豆腐は手でつぶしザルにあげて水を切っておく。人参、玉ねぎ、干しいたけはみじん切りにし、小ねぎは小口切りにする。 ② 人参、玉ねぎを砂糖と醤油で炒める。火が通ったら干しいたけ、ひじきを加え炒める。 ③ ②が冷めたら、鶏ミンチ、小ねぎ、豆腐、卵、パン粉、塩、塩こしょうを加えてよく混ぜる。 ④ ③を平たく丸めて焼いたら出来上がり♪				
9時のおやつ	牛乳, 果物	牛乳, チーズ					
昼食	うま煮 バンサンス ししゃも, チーズ納豆 果物	魚のタルタルソース レタス のっぺい汁 果物					
3時のおやつ	ミルク, ヨーグルトケーキ	ミルク, かぼちゃ入り黒砂糖蒸しパン					

カレー・シチュー・ハヤシライスの日、スプーンを持って来ても良いです。(3歳以上のみ)

* 9時のおやつは0・1・2歳児のみです。 * 果物は変更することがあります。 * 園で使用しているお米は国内産です。

