



今月は、屋台屋さんごっこやもぐもぐの日など、楽しみなイベントがたくさんありますね♥体調管理に気をつけて登所してきて下さい。

調理室より



体を温める食材

これから迎える寒い季節は身体の温まる食事で風邪予防に備えましょう。

寒冷地で取れる食材や、冬が旬の食材は身体を温めてくれます。

★玉ねぎ、ごぼう、しょうが、にんにく、人参、にら 等を使った献立にしてみてもいかがですか？

体調を崩しやすい季節となりました。健康管理には気をつけて下さいね♥

今月はたくさんの行事を予定していますので、全員参加で、楽しんでもらいたいと思っています(*^~^)

*さくら組すみれ組さんの太鼓出演が今月も予定されています。引き続きご協力をよろしくお願い致します。

| 日 | 曜 | 献立名 | 行事予定 |
|----|---|------------------------------|--------------------------------|
| 1 | 木 | 鮭のちゃんちゃん焼き、大根サラダ、豆腐汁 | |
| 2 | 金 | カレーシチュー、切干し大根ときゅうりのゴマ和え、フルーツ | 体育教室(年長年中) 就学時検診(七小) |
| 3 | 土 | 文化の日 | |
| 4 | 日 | きん祭みん祭農業文化祭 太鼓出演(さくら組・すみれ組) | |
| 5 | 月 | 屋台屋さんごっこ(白ご飯はいりません) | |
| 6 | 火 | 魚の塩焼き、大豆とひじきの煮物、味噌汁 | |
| 7 | 水 | 肉じゃが、ごま酢和え、かまぼこのすまし汁 | |
| 8 | 木 | 鮭のねぎみそ焼き、シーザーサラダ、和風スープ | もったか花園体験(さくら組) |
| 9 | 金 | 里芋のみそシチュー、キャベツのしらす和え、フルーツ | |
| 10 | 土 | 七カ祭り 太鼓出演(さくら組・すみれ組) | |
| 12 | 月 | お弁当の日 | 町内年長児交流保育 |
| 13 | 火 | 魚のカレー焼き、ポテトサラダ、豚汁 | 吉高1年生保育体験 |
| 14 | 水 | マカロニグラタン、キャベツのごま和え、きのこスープ | 防火パレード(さくら組・すみれ組) 避難訓練・消火訓練 |
| 15 | 木 | 魚の蒲焼き、ほうれん草の磯香和え、五目汁 | |
| 16 | 金 | 根菜カレー、バンサンスー、フルーツ | 吉高3年生保育体験 就学時検診(柿小) |
| 17 | 土 | | |
| 19 | 月 | ナポリタン、ひじきとチーズのサラダ | 体育教室(年中年少) |
| 20 | 火 | 魚のコーン風味焼き、きんぴら、のっぺい汁 | 足育研修 |
| 21 | 水 | 変わりマーボー、切干し大根のごま酢和え、わかめスープ | |
| 22 | 木 | もぐもぐの日(白ご飯はいりません) | 手話教室 |
| 23 | 金 | 勤労感謝の日 | |
| 24 | 土 | | |
| 26 | 月 | 11 きつねとじうどん、青菜の白和え | 体育教室(年長年少) 身体測定 |
| 27 | 火 | 魚のマヨネーズ和え、ひじきのサラダ、けんちん汁 | |
| 28 | 水 | 筑前煮、白菜の和え物、味噌汁 | |
| 29 | 木 | 豚肉の磯焼き、カミカミサラダ、春雨スープ | 移動図書 |
| 30 | 金 | ハヤシシチュー、ツナの酢の物、フルーツ | |

