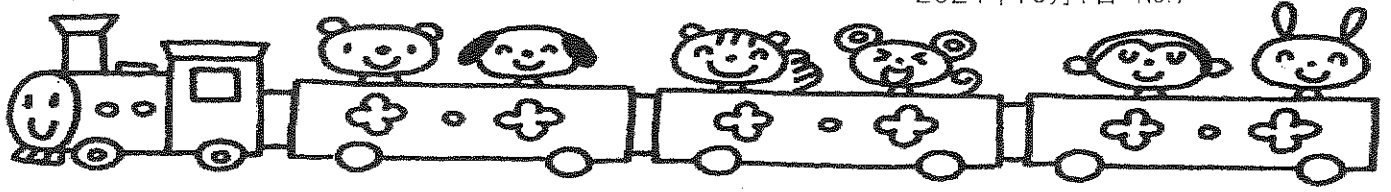




第2屋川なかよし保育園
ちゅーりっぷ・こすもすぐみ
2024年10月1日 No.7

みんな きらきら



日中はまだまだ暑い日もありますが、朝夕のさわやかな風に、秋の気配を感じられるようになりました。ますます元気に走り回る子ども達。心も体もぐんぐん大きくなり、力強さも感じられます。保育園のあちらこちらで子ども達のパワーも全開！活動量の多いこの時期、睡眠を十分にとり、食事栄養バランスを考え3食きちんと摂るように健康管理に気を付けましょう。

10月31日はハロウィンです

近年『ハロウィン』を楽しむ人が増えてきていますが実際はどのような祭りかご存じでしょうか？ハロウィンは古代ケルト民族のサフィン祭が起源といわれ、祖先の霊を迎え、秋の収穫を祝うお祭りです。諸説あり有りますがお菓子を上げる理由は悪霊に元の世界に戻ってもらうため、ジャック・オ・ランタンを飾るのは死者が迷わない様にするためと言われています。



2024年10月

夕食メニュー

第2屋川なかよし保育園

月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
	ごはん さばの塩焼き 切昆布の五目煮 大根とえのきの味噌汁	ごはん 鶏じゃが ブロッコリーのごま和え 南瓜と豆腐の味噌汁	ごはん かれのい変わり揚げ いんげんのゆかり和え さつま芋と青菜の味噌汁	ごはん チンジャオロース 大根ナムル じゃが芋とコーンのスープ	スパゲティナポリタン ポテトサラダ ほうれん草と人参のスープ
	7	8	9	10	11
ごはん だらの塩麹焼き 大学芋 切干大根とうす揚げの味噌汁	ごはん 照り焼きブーク 春雨のサラダ 青菜としめじのスープ	ひじき焼きめし 海藻サラダ 豆腐と小松菜のスープ	ごはん 豚肉のしぐれ煮 いんげんの磯和え 厚揚げとえのきの味噌汁	ごはん ほきの煮付け ほうれん草のおかか和え 玉葱とじゃが芋の味噌汁	ごはん 鶏肉の味噌炒め 大学芋 麩と小松菜のすまし汁
14	15	16	17	18	19
スポーツの日 (休園)	チャーハン 竹輪のマヨ醤油炒め さつま芋と小松菜の味噌汁	ごはん 肉野菜炒め 春雨の和え物 麩と玉葱の味噌汁	ごはん だらのピザ焼き 大根サラダ 人参と白菜のスープ	ごはん 鶏肉の塩麹焼き 切干大根煮 さつま芋としめじの味噌汁	ごはん ほきの南部焼き ブロッコリーの味噌マヨ和え 豆腐とわかめのすまし汁
21	22	23	24	25	26
和風スパゲティ アスパラサラダ ほうれん草と玉葱のスープ	ごはん 肉豆腐 青のりポテト えのきとうす揚げの味噌汁	ごはん チキンカツ 青菜のお浸し わかめと南瓜の味噌汁	ごはん だらの和風マリネ 大豆の煮物 じゃが芋とキャベツの味噌汁	ごはん 厚揚げの中華煮 ブロッコリーの中華和え 玉葱とさつま芋のスープ	カレーピラフ 人参サラダ 小松菜と大根のスープ
28	29	30	31		
ごはん 鶏肉のさっぱり煮 キャベツのごま和え ごぼうと青菜の味噌汁	ごはん ほきのコーンマヨ焼き ほうれん草の煮浸し 厚揚げとさつま芋の味噌汁	ごはん 鶏肉と根菜の煮物 小松菜の磯和え わかめとしめじの味噌汁	豚丼 もやし中華和え じゃが芋と白菜の味噌汁		