




12月の園さし



平成25年12月

いずみ保育園

今月の予定

1	日	ベルマーク収集
2	月	楽しい英語教室
3	火	
4	水	音楽教室 (ゆり・ばら)
5	木	
6	金	体操教室 (ゆり・ばら)
7	土	
8	日	
9	月	楽しい英語教室
10	火	わくわくタイム 
11	水	もちつき
12	木	
13	金	クリスマス会リハーサル
14	土	
15	日	
16	月	楽しい英語教室 身体測定 (もも・すみれ・たんぼぼ)
17	火	造形教室 (ゆり) 身体測定 (さくら)
18	水	造形教室 (ばら) 身体測定 (ゆり)
19	木	誕生日会・試食会 身体測定 (ばら)
20	金	体操教室 (ゆり・ばら)
21	土	クリスマス会 (後日詳細)
22	日	
23	月	天皇誕生日
24	火	わくわく教室 (ゆり・ばら)
25	水	音楽教室 (ゆり・ばら)
26	木	
27	金	避難訓練 年末保育終了
28	土	大掃除
29	日	
30	月	
31	火	

保育参観では、お世話になりました。
子ども達はいつもよりかしこまっていたように思いますが、一緒に楽しんでいただけたなら嬉しいです。さて、やっとなんて寒くなってきて、子どもたちも体調を崩しやすい季節になってきました。
一番感染しやすいのが、“手から”です。手洗いうがいをしっかりして予防していきましょう！
熱が出たり、体調の悪い時はお休みをして、体を治すことを一番に考えてください。たっぷり睡眠をとって規則正しく生活し、朝は気持ちよく子ども達を送り出してください。
これからも行事がたくさんあります。特にクリスマス会では、各クラス発表することを楽しみに練習に励んでいます。家族そろって見に来て下さい。

4日 25日 音楽教室

11日 もちつき

ばら組の子ども達が祖父母宛に手紙を持っていきました。ばら組の祖父母の方にもお手伝いをお願いします。参加してくれる方 5日までにお知らせ下さい。

13日 クリスマス会のリハーサルを行います

19日 誕生日会・試食会 今までに来られなかった方も都合がつけばお知らせ下さい。

21日 クリスマス会 詳細は後日手紙を出します。

* ゆり・ばら組はフェスティバルの説明会を9:30から行います。

27日 保育は 5時30分までです。

極力ご協力をお願いします。



《 1月の予定 》

* 年始は、1月6日(月) より通常保育です。

* 1月16日(木) 虫歯予防指導 (ばら親子) 3:00~

* 1月18日(火) 幼児音楽フェスティバル

場所は、伊勢崎市文化会館(ゆり組・ばら組出演)

* 苦情委員会より

特にありません

お願い

* 毎日園児服を着て来て下さい





予 定 献 立 表

平成 25年 12月

いずみ保育園

日	曜日	10 時	昼 食	3 時	未満児 [kcal]	以上児 [kcal]	
2	月	カニパン,麦茶	御飯,大豆の磯煮,棒棒鶏,ミニトマト	ヨーグルト和え アーモンド魚	388	405	
3	火	切干芋,牛乳	御飯,ホイコーロー,三色なます,枝豆	ホットケーキ,紅茶	486	465	
4	水	オレンジ,ヤクルト	炊き込み御飯ハムのピカタ,たくあん, 小松菜とかまぼこのお浸し	フレンチトースト,ミルク	490	534	
5	木	ウエハース,カルピス	御飯,ししゃもフライ,織キャベツ,ピーマンのきんぴら,りんご	甘辛団子,麦茶	556	580	
6	金	チーズ, ポカリスエット	御飯,おでん,ほうれん草とコーンのソテー,納豆和え	スイスロール,ショア	467	488	
7	土	動物ビスケ,麦茶	おにぎり,野菜ミニジュース,塩胡瓜	南瓜プリン,いわしっ子	434	442	
9	月	コーンスープ	御飯,豚肉と大根の味噌煮,わかめのしらす和え,ゆで卵	ミニドック,ココア	519	543	
10	火	さきいか,牛乳	御飯,きのこシチュー,七福煮なます,モヤシボイル	ジャガバター,ミルク	460	477	
11	水	バナナ,ミロ	餅,舞茸と豆腐の味噌汁,ほうれん草のごま和え,みかん	アップルゼリー, スティックパン	685	588	
12	木	プリン	わかめ御飯,ハンバーグ,きのこソース,レタス,がんも煮, スパゲティサラダ,	コーンフレーク,牛乳, バナナ	652	677	
13	金	塩胡瓜,ヤクルト	御飯,岩石揚げ,おろし和え,えのきの卵とじ	ベビーチーズ,カニパン アップルジュース	513	576	
14	土	クッキー,カルピス	焼うどん,牛乳,バナナ	ミニクロワッサン ポカリスエット	489	470	
16	月	ふーちゃん, グレープジュース	御飯,チンゲン菜のクリーム煮,蒸し南瓜,味付け海苔	ソーセージ, アップルジュース	474	481	
17	火	オレンジゼリー	御飯,ポークシュウマイ,温野菜,中華きゅうり	オムレットケーキ,紅茶	462	467	
18	水	いわしっ子,牛乳	御飯,あさりとえのきの味噌汁,菜の花ボール,オレンジ, しゃきしゃきサラダ	焼き芋,ミルク	498	526	
19	木	りんご,麦茶	御飯,餃子,ブロッコリーの塩昆布和え,人参のグラッセ	ピザトースト,ミロ	574	570	
20	金	ビスコ,牛乳	御飯,ゴマザンギ,南瓜の甘煮,野菜炒め	マカロニあべかわ ショア	598	610	
21	土	リッツ,ヤクルト	ハヤシライス,ニラたま汁,野菜サラダ	三色ゼリー,ハーベスト	502	503	
24	火	ぼたぼた焼,ココア	焼そばパン,コーンチャウダー,中華ポテトサラダ,みかん	プチ苺ケーキ,紅茶	679	654	
25	水	みかん,牛乳	御飯,八宝菜,マカロニのケチャップ炒め,南瓜サラダ	杏仁豆腐,横綱揚げ	464	480	
26	木	ブルーン, ポカリスエット	御飯,筑前煮,厚揚げの白和え,白菜の即席漬け	ジャムサンドクラッカー, ミロ	520	557	
27	金	ソーセージ, オレンジジュース	麦ご飯,カツカレー,福神漬け,ブロッコリーの胡麻和え,ヤクルト	ソファール,まがりせん	623	660	
※物資購入の都合により、献立の変更があります。					月平均	515	527
					塩分摂取量	1.5g	1.7g

☆ 今月の目標

残さず食べて寒さに負けない体をつくろう！

◇たんぱく質 元気な体をつくるために、必要な栄養素です。

病気やけがに対する抵抗力や、治す力を高める働きがあります。【肉・ハム・卵・チーズ・豆腐・味噌・納豆】

◇ビタミンA のどや鼻の粘膜を正常な状態に保つ働きがあります。

粘膜を強くし、風邪を予防します。【ブロッコリー・ほうれん草・パセリ・アスパラ・人参・ネギ・きぬさや】

◇ビタミンC 寒さからのストレスに負けないためにも、必要な栄養素です。

風邪のウイルスに対する免疫力を高め回復も早めます【レモン・みかん・苺・柿・ブロッコリー・白菜・キャベツ・トマト・ほうれん草】



♪ お誕生日会は19日(木)です。