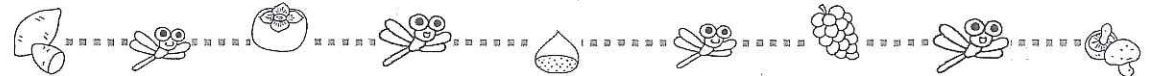




# 10月給食だより

2022.10  
滑川市保育所給食献立作成会  
滑川市教育委員会子ども課



ひ	よ	3さいみまん		ぎゅうしょく						おやつ	
		みまんじおやつ	しゅしょく	こんだてめい		ないよう					
				からだをつくる(あか)	ちからのもと(き)	ちようしをととのえる(みどり)					
1	と		パン	パン ぎゅうにゅう バナナ まंगाソーセージ	ぎゅうにゅう まंगाソーセージ	パン	バナナ				おちゃ おかし
3	げつ	ぎゅうにゅう フレンチパイ	ごはん	さかなのパンこやき キャベツとしめじのこまあえ かみなりじる	さかな とうふ	こなチーズ にぼし	パンこ ごま さといも	ぎやべつ パセリ ごぼう	しめじ しいたけ にんじん ねぎ	ミルク ぎゅうにゅう かりんとう	
4	か	ぎゅうにゅう ブリッツ	パン	ツナスパゲティー ブロッコリー わかめとやさいのスープ	ツナ	わかめ	スパゲティー	たまねぎ ピーマン キャベツ	にんじん ブロッコリー コーン	しめじ もやし	ぎゅうにゅう フルーツゼリー
5	すい	ぎゅうにゅう しろいふうせん	ごはん	ずりみあげ トマト みそじる	ずりみ ひじき にぼし	とうふ たまご	かたくりこ じゃがいも	にんじん ねぎ しいたけ	ごぼう トマト たまねぎ	コーン えのきだけ	ぎゅうにゅう オレンジ
6	もく	ぎゅうにゅう バナナ	ごはん	さばのみぞれに はるさめサラダ トマト みそじる	さば にぼし	とうふ	はるさめ ごまあぶら	だいこん みかんかん えのきだけ	トマト にんじん こまつな	きゅうり コーン ねぎ	ココアミルク あんぱんまん ビスケット
7	きん	ぎゅうにゅう ムーンライト	ごはん	こうどうふのたまごとし なっとうあえ オレンジ	とりにく たまご かつおぶし	こうどうふ だしこんぶ なっとう	じゃがいも	にんじん しいたけ	たまねぎ ほうれんそう	えのきだけ オレンジ	ヨーグルト あじつけこさかな
8	と		パン	パン ぎゅうにゅう バナナ まंगाソーセージ	ぎゅうにゅう まंगाソーセージ	パン	バナナ				おちゃ おかし
11	か	ぎゅうにゅう ハーベスト	ごはん	だいずのカレーライス ぶくじんづけ フレンチサラダ	ぶたにく だいず		じゃがいも ごまあぶら	たまねぎ ぶくじんづけ	にんじん きゅうり	キャベツ コーン	ヨーグルト ジュイ ハムてつり ウエハス
12	すい	ぎゅうにゅう はかうけ	ごはん	いりとうふ トマト さつまじる	とうふ たまご だしこんぶ	とりひきにく ぶたにく	しらたき さつまいも	しいたけ グリーンピース はくさい	にんじん トマト ねぎ	たまねぎ だいこん	ぎゅうにゅう きなこむしぼん
13	もく	ぎゅうにゅう おととと	パン	きつねうどん きりぼしあえ シューマイ	うすあげ たまご だしこんぶ	かまぼこ シューマイ かつおぶし	うどん	ねぎ にんじん	たまねぎ きりぼしだいこん	ほうれんそう	ぎゅうにゅう かき
14	きん	ぎゅうにゅう カルシウムあられ	ごはん	さかなのフライタルソース ポイルキャベツ トマト みそじる	さかな にぼし	たまご	ごむぎこ パンこ	キャベツ トマト しめじ	らっきょう はくさい たまねぎ	パセリ にんじん	ミルク ビスコ
15	と		パン	パン ぎゅうにゅう バナナ まंगाソーセージ	ぎゅうにゅう まंगाソーセージ	パン	バナナ				おちゃ おかし
17	げつ	ぎゅうにゅう てつりクッキー	ごはん	ずきやきふうにか きなます トマト	ぶたにく とうふ		じゃがいも つきこん	ごぼう ねぎ トマト	にんじん だいこん かき	はくさい	ミルク かたぬきチーズ
18	か	ぎゅうにゅう ほしたべよ	ごはん	チーズオムレツ こまあえ みそじる	たまご チーズ にぼし	とりひきにく うすあげ	ごま	たまねぎ こまつな しいたけ	パセリ にんじん ねぎ	キャベツ だいこん	ミルク りんご
アレルギーフリー のひ											
19	すい	とうにゅう オレンジ	ごはん	さかなのたつたあげ いそあえ すましじる	さかな とうふ かつおぶし	のり だしこんぶ	かたくりこ	はくさい えのきだけ たまねぎ	こまつな にんじん	もやし しめじ	とうにゅう こめタルト
20	もく	ぎゅうにゅう クラッカー	パン	やきそば ブロッコリー とうふとわかめスープ	ぶたにく とうふ	わかめ	やきそばめん	キャベツ ピーマン ねぎ	にんじん たまねぎ えのきだけ	もやし ブロッコリー	おちゃ しんまいおにぎり
21	きん	ぎゅうにゅう ポーロ	ごはん	ちくぜんに はりはりあえ やきぎょうさ トマト	とりにく ぎょうさ	さつまあげ	さといも	ごぼう いんげん キャベツ	にんじん こまつな トマト	れんこん きりぼしだいこん	ぎゅうにゅう バナナ
22	と		パン	パン ぎゅうにゅう バナナ まंगाソーセージ	ぎゅうにゅう まंगाソーセージ	パン	バナナ				おちゃ おかし
24	げつ	ぎゅうにゅう やさいスティック	ごはん	やきぎょうさ ふチャンブルー とうにゅうみそなべ	さかな あつあげ だしこんぶ	たまご とうにゅう	ぶ	キャベツ ピーマン たまねぎ	にんじん はくさい しめじ	もやし ねぎ しょうが	ぎゅうにゅう ぶかしいも
25	か	ぎゅうにゅう マリービスケット	ごはん	おでん れんこんのカレーいため トマト	たまご だしこんぶ ウインナー	さつまあげ かつおぶし	こんにゃく さといも	だいこん ピーマン	にんじん コーン	れんこん トマト	ココアミルク カルシウム せんべい

ひ	よ	3さいみまん		ぎゅうしょく						おやつ	
		みまんじおやつ	しゅしょく	こんだてめい		ないよう					
				からだをつくる(あか)	ちからのもと(き)	ちようしをととのえる(みどり)					
26	すい	ぎゅうにゅう ソフトサラダ	ごはん	さつまいもごはん ささみのいそべあげ ポイルキャベツ トマト すましじる	ささみ だしこんぶ とうふ	たまご あおのり かつおぶし	さつまいも ごま ごむぎこ ぶ	キャベツ にんじん	トマト えのきだけ	ねぎ	オレンジジュース ケーキ
27	もく	ぎゅうにゅう えびまんげつ	パン	コーンラーメン スモールパン しらすあえ	ぶたにく しらす		ちゅうかめん	キャベツ だけのこ パインかん	もやし にんじん ほうれんそう	コーン ねぎ	ココアミルク ぼたぼたやき
28	きん	ぎゅうにゅう バナナ	ごはん	ぶたにくりんごに おひたし みそじる	ぶたにく わかめ	ちくわ にぼし	ぶ	たまねぎ もやし だいこん	ねぎ キャベツ えのきだけ	りんご にんじん	ミルク とんがりコーン
29	と		パン	パン ぎゅうにゅう バナナ まंगाソーセージ	ぎゅうにゅう まंगाソーセージ	パン	バナナ				おちゃ おかし
ハロウィンこんだて											
31	げつ	ぎゅうにゅう りんご	ごはん	にくだんごのあまからに トマト ハロウィンスープ	にくだんご	ベーコン	かたくりこ マカロニ	ブロッコリー かぼちゃ グリーンピース	コーン たまねぎ	トマト にんじん	ぎゅうにゅう かぼちゃプリン

※各保育所(園)の状況により、土・日などの献立が変わることがあります。

## 10月は「食品ロス削減月間」 もったいないの気持ちを大切に

「もったいない」という言葉は、ものを大切にする気持ちのあらわれです。食べ物を無駄にはしてはいけないということも、「もったいない」のひとつです。「もったいない」の気持ちを大切に、家庭での食品ロスの削減に取り組んでみてください。

食品ロスの約47%は家庭からでています。要因は「食べ残し」や「手つかず食品」の廃棄、「皮のむき過ぎ」などです。ご家庭でも食品ロスに向けて、できることから取り組んでみませんか。



**どやま食ロスゼロ作戦  
「3015運動」**

毎月30日と15日に冷蔵庫などをチェックして、食材を使い切ろう!

富山県では、立山の標高3015mにちなみ、30と15をキーワードにした富山型の食品ロス削減運動を推進しています。

ごちそうさまもったいないのは どちらかな?

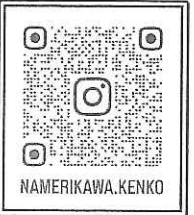
あ

い

こたえ ①

にんじんと ピーマンと  
ごはん と しめじが  
のこって いるよ

のこすと ごみに  
なっちゃうよ!



← 滑川市公式 Instagram

滑川市の食育情報はこちら!  
例えばキッズ料理教室や食育教室、離乳食教室などの情報をおとけします。



← 滑川市クックパッド公式キッチン

かんたん朝ごはんレシピや学校給食の人気レシピ、生活習慣予防レシピ、地場産食材を活用したレシピなどはこちら!



R4. 10. 1 認定こども園たかつき保育園

毎週のように日本列島を襲ってくる台風。改めて災害に対する備えの大切さを思い知らされますね。

さて、運動会では保護者の皆様に、感染対策や日の変更に協力していただき、無事開催することができました。本当にありがとうございました。お子様方の成長された姿を見ることができて、私達も嬉しく思います。

秋は収穫の秋、実りの秋、おいしい物がたくさん採れる時期です。今の時期ならではの味覚や季節の移り変わりを子ども達に感じてもらいたいと思います

今月は園外に出かける機会もあります。今まで通り感染対策を取りながら、お子様方が楽しい経験をできるように、日々の園生活を送っていききたいと思います。



月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3 	4 温水プール らいおん組	5 書道教室 らいおん組 きりん組	6	7 ちびっこ英会話 らいおん組	8	9
10 スポーツの日	11 身体測定 (3歳以上児)	12 お茶のおけいこ らいおん組 身体測定 (3歳未満児)	13 体操教室 らいおん組 きりん組	14 呉羽青少年 自然の家 自然体験 らいおん組	15	16
17	18 消火避難訓練	19 園外保育 きりん組	20 Net3 取材 らいおん組	21 園外保育 りす組	22	23
24 	25 サッカー教室 らいおん組	26 誕生会 主食のごはんは ありません	27 サッカー教室 きりん組	28 シルエット観劇 らいおん組	29	30

31  
交通指導

ホームページ たかつき保育園  
携帯 080-6357-7481 TEL 076-475-2930  
FAX 076-475-3302



# おたんじょうびおめでとう

らいおん組

たかた ゆめさん

うさぎ組

さいとう りくとくん  
むらかみ ふうわさん

ひよこ組

やまうち りとくん



ばんだ組

さの みくさん  
いけみず こうせいくん

りす組

ほりた あらたくん



お子さまが、欠席される時  
や登園時間が遅れる時は  
午前9時までに保育園に  
連絡をして下さるようお願い  
致します。

おしらせ おねがい

きりん組・りす組の園外保育、  
らいおん組の自然体験・  
シルエット観劇については、  
後日お知らせします。

各小学校  
就学前検診日  
西部小学校  
10月19日(水)  
田中小学校  
10月21日(金)

☆ 保育料、副食費(9月分)の口座振替日は**10月3日(月)**です。  
☆ 11月の土曜保育・休日をご希望の方は、**10月20日(木)**までにお申し込み下さい。  
(給食の準備の都合がありますので、**期日を厳守して下さるようお願いいたします**)

☆ お子様が発熱の症状(熱・咳など)がある場合や、下痢・嘔吐など体調の良くない場合は、御家庭でゆっくり休みましょう。  
また37.5℃以上の発熱や咳、下痢、嘔吐や、いつもと違う体調不良の症状があった時は、翌日は、ご家庭で様子を診ていただき、登園はお控えください。

※ ご家族に一人でも発熱・咳などの風邪症状や下痢・嘔吐など体調不良の方がおられる場合は、お子様の登園を控えて下さるようお願い致します。  
※ 身近な家庭や職場で感染者や濃厚接触者がわかった場合や、お子さまやご家族がPCR検査・抗原検査を受けられた場合は、感染拡大防止のため、すみやかに保育園にお知らせ下さいますようお願い致します。