

2025 年(令和 7 年度)

10 がつ

やしおようちえん
03(3471)2450

にち

げつ

か

すい

もく

きん

ど

			1 都民の日	2★	3 午前保育 	4△ 運動会 
5△ 運動会予備日	6 運動会代休	7★ 衣替え	8☆ 体 ちゃれんじ4 	9★ 交通安全 不審者対応指導	10★ 手	11
12	13 スポーツの日	14★	15☆ 体 願書配布(始) 	16☆	17△ 山・森/秋の遠足 (蕾・花/休園) 	18
19	20★ 体 	21☆ 英 森/保護者会14:30～	22☆ 誕生会 入園説明会 	23☆ 山/保護者会14:30～	24☆ 花/保護者会14:30～	25
26	27★ 体 	28★	29☆	30★	31 願書受付	

体・・体操指導あり / 英・・英語指導あり / 手・・手話指導あり

★・・午後ポレポレ(午後の預かり保育)あり / △・・朝ポレポレ(朝の預かり保育)なし

☆・・延長ポレポレ(午後延長預かり保育)または、役員、係の託児あり

10
October

2025年
月のこんだて









一般的な国産かぼちゃの旬は、秋から冬にかけての10～12月です。収穫は夏から初秋にかけて行われますが、収穫直後のかぼちゃは水分が多く甘みも少ないため、2～3か月寝かせておくことで甘みが増して美味しくなります。かぼちゃには、ビタミンA(β-カロテン)、ビタミンC、ビタミンE、カリウム、食物繊維などの栄養素が豊富に含まれています。

「恵比寿講」は日本各地で行われている行事の一つで、旧暦10月に恵比寿様を祀るものです。恵比寿様のご利益である「商売繁盛」を願って開催されます。恵比寿講の日には市が降かれ、魚や青物、縁起物を飾った福笹や熊の手が売られます。関東では主に10月20日に行われ、農業の神とする傾向が強いので「二十日恵比寿」「百姓恵比寿」と言われ、関西では正月10日に行われ、高の神とする傾向が強いので「十日戎(えびす)」商人恵比寿」と言われています。

1(水)

MENU

- チキンカツ
- フルーツ
- ごましおごはん

エネルギー：364kcal
タンパク質：11.8g
脂質：8.3g
糖質：1.4g

2(木)

MENU

- まーはー豆腐
- フルーツ
- しろごはん

エネルギー：397kcal
タンパク質：9.7g
脂質：1.5g
糖質：1.5g

3(金)

MENU

- ぶたにくのスタミナため
- フルーツ
- さげごはん

エネルギー：392kcal
タンパク質：11.0g
脂質：1.4g
糖質：1.4g

6(月)

MENU

- ほくほくコロッケ
- フルーツ
- ぎゅうしゅれごはん

エネルギー：385kcal
タンパク質：6.7g
脂質：9.3g
糖質：1.3g

7(火)

MENU

- タン・チキン
- フルーツ
- ミルクパン

エネルギー：418kcal
タンパク質：13.7g
脂質：16.1g
糖質：1.4g

8(水)

MENU

- とんかつ
- フルーツ
- のりごはん

エネルギー：433kcal
タンパク質：11.5g
脂質：12.8g
糖質：1.4g

9(木)

MENU

- ハンジロビーフ
- フルーツ
- しろごはん

エネルギー：413kcal
タンパク質：12.2g
脂質：1.0g
糖質：1.0g

10(金)

MENU

- わふらんバーbecue
- フルーツ
- こんぶごはん

エネルギー：420kcal
タンパク質：9.2g
脂質：12.4g
糖質：1.4g

13(月)

すば一つの日
スポーツの日

14(火)

MENU

- オムレツ
- フルーツ
- おかかごはん

エネルギー：372kcal
タンパク質：8.5g
脂質：1.3g
糖質：1.3g

15(水)

MENU

- はっほうさい
- フルーツ
- じこごはん

エネルギー：406kcal
タンパク質：11.2g
脂質：11.6g
糖質：1.1g

16(木)

MENU

- とりにくのからあげ
- フルーツ
- カスタードロール

エネルギー：402kcal
タンパク質：18.1g
脂質：1.0g
糖質：1.0g

17(金)

MENU

- あきやさいカレー
- フルーツ
- しろごはん

エネルギー：407kcal
タンパク質：11.3g
脂質：10.1g
糖質：1.3g

20(月)

MENU

- エビ
- フルーツ
- エッグパン

エネルギー：401kcal
タンパク質：13.7g
脂質：1.4g
糖質：1.4g

21(火)

MENU

- にくしお
- フルーツ
- こんぶごはん

エネルギー：410kcal
タンパク質：11.9g
脂質：1.5g
糖質：1.5g

22(水)

MENU

- さかなのしおやき
- フルーツ
- ぎゅうしゅれごはん

エネルギー：421kcal
タンパク質：13.0g
脂質：1.1g
糖質：1.1g

23(木)

MENU

- ぶたにくのしょうがいため
- フルーツ
- さげごはん

エネルギー：412kcal
タンパク質：12.5g
脂質：1.1g
糖質：1.1g

24(金)

MENU

- とりてんあげ
- フルーツ
- おかかこんぶごはん

エネルギー：431kcal
タンパク質：11.6g
脂質：12.2g
糖質：1.3g

27(月)

MENU

- ボーカカレー
- フルーツ
- しろごはん

エネルギー：446kcal
タンパク質：9.5g
脂質：13.4g
糖質：1.3g

28(火)

MENU

- とうふステーキ
- フルーツ
- じゃこごはん

エネルギー：405kcal
タンパク質：10.4g
脂質：9.7g
糖質：1.4g

29(水)

MENU

- とりてりやき
- フルーツ
- ひじきごはん

エネルギー：405kcal
タンパク質：14.2g
脂質：11.3g
糖質：1.1g

30(木)

MENU

- ハンバーグ
- フルーツ
- ごましおごはん

エネルギー：403kcal
タンパク質：11.9g
脂質：10.8g
糖質：1.4g

31(金)

MENU

- かぼちゃコロッケ
- フルーツ
- のりごはん

エネルギー：410kcal
タンパク質：11.1g
脂質：9.3g
糖質：1.3g