

日	曜	献立名	主な材料	身体を動かすエネルギー源になる(黄)	血や骨・肉になる(赤)	身体の調子を整えるもの(緑)	おやつ						
1	金	ご飯・シーフードチャウダー ひじきのミルクサラダ		米 じゃが芋 マカロ マヨレ 油 砂糖	牛乳 小柱 エビ あさり ツ スキムミルク ひじき	玉葱 人参 キャベツ ほうれん草 いんげん	*おはぎ						
2	土	◆チキンライス・豆乳スープ		米 油 片栗粉	豆乳 鶏肉	キャベツ 玉葱 人参 えのき コーン ピーマン しめじ 浅葱	菓子						
7	木	ミートソーススパゲッティ・パン缶		スパゲッティ 油 米粉 砂糖	豚ひき肉 牛ひき肉 チーズ	玉葱 人参 ホールトマト 干し椎茸 パン缶	*ラスク						
8	金	ご飯・カラスカレイのレモン醤油焼き がんものそぼろ煮・ヨーグルト		米 米粉 油 砂糖 片栗粉	カラスカレイ がんもどき 鶏ひき肉 うずら卵 ヨーグルト	大根 人参 三つ葉 レモン果汁	バナナ・菓子						
9	土	◆ご飯・豚汁・もも缶		米 里芋	豆腐 豚肉 油揚げ	大根 人参 ごぼう こんにゃく 葱 もも缶	菓子						
11	月	ご飯・炒り豆腐・ヨー		米 砂糖 油	豆腐 卵 豚肉 ヨー	玉葱 人参 白滝 小松菜 しめじ 葱 干し椎茸	オレンジ・菓子						
12	火	5月 誕生会 チキンライス・ジャーマンポト・りんご		じゃが芋 米 油 バター	ウインナー 鶏肉	人参 玉葱 ピーマン しめじ コーン アスパラガス りんご	ケーキ						
13	水	ご飯・筑前煮・キャベツのごま酢和え		米 里芋 砂糖 油 ごま ごま油	生揚げ 鶏肉 竹輪 しらす	大根 キャベツ 人参 ごぼう こんにゃく グリンピース 干し椎茸	*フレンチトースト						
14	木	ご飯・ポークビーンズ・ソファール		米 じゃが芋 バター 油 砂糖	大豆 豚肉 ベーコン ヨーグルト	ホールトマト 玉葱 人参 グリンピース パセリ	*バナナケーキ						
15	金	ご飯・かじきの味噌煮 わかめといり卵のサラダ		米 マヨレ 砂糖 油	かじき 卵 ハム わかめ	小松菜 胡瓜 人参	*マカロキナ粉						
16	土	◆そぼろ散らし寿司・すまし汁		米 マヨレ 油 砂糖 片栗粉	鶏ひき肉 豆腐 かまぼこ 油揚げ でんぶ わかめ 海苔	胡瓜 コーン 蓮根 人参 小松菜 えのき 干し椎茸	菓子						
18	月	チキンクリームスパゲッティ ヨー		スパゲッティ	牛乳 鶏肉 スキムミルク ヨー	キャベツ 玉葱 人参 しめじ コーン アスパラガス	バナナ・菓子						
19	火	カレーライス・ソファール		じゃが芋 米 米粉 油 蜂蜜	豚肉 卵 ヨーグルト	玉葱 人参 ホールトマト しめじ グリンピース りんご果汁	アイスクリーム						
20	水	あいちの日					*ジャムサンド						
21	木	お弁当の日					パン缶・菓子						
22	金	ご飯・鱈のプロバンス風 ビーフのごまだれサラダ		米 米粉 ビーフン 油 オリーブ油 砂糖	鱈 卵	ホールトマト 人参 玉葱 茄子 胡瓜 ピーマン	五平餅						
23	土	◆麻婆丼・中華スープ		米 砂糖 片栗粉 油	豆腐 豚ひき肉 牛ひき肉 わかめ	玉葱 人参 青梗菜 コーン えのき ニラ 葱 干し椎茸	菓子						
25	月	チキンピラフ・ミルクスープ コアぶどう		米 バター 油 オリーブ 油	牛乳 鶏肉 スキムミルク ベーコン ヨーグルト	キャベツ 玉葱 人参 クリームコーン しめじ コーン ピーマン 浅葱	黄桃缶・菓子						
26	火	ご飯・豚肉の生姜炒め 南瓜のバター煮・ヨー		米 バター 砂糖 油 片栗粉	豚肉 ヨー	キャベツ 南瓜 もやし 玉葱 人参 青梗菜 えのき	オレンジ・菓子						
27	水	ハヤシライス・ソファール		米 じゃが芋 油	牛肉 ヨーグルト	玉葱 人参 ホールトマト しめじ グリンピース	*ツナサンド						
28	木	ご飯・ポテトとチキンのチーズ焼き コアいちご		米 じゃが芋 マヨレ マカロ 油	卵 鶏肉 チーズ ヨーグルト	玉葱 人参 いんげん パプリカ	パン缶・菓子						
29	金	ご飯・鮭の野菜あんかけ トマトのゴマ和え		米 米粉 油 砂糖 片栗粉 ゴマ	鮭 ハム	トマト 玉葱 胡瓜 もやし 人参 たけのこ 絹さや 椎茸	*ホットケーキ						
30	土	◆ご飯・ひじきとじゃが芋の煮物・ パン缶		米 じゃが芋 砂糖 油	豚肉 はんぺん 高野豆腐 ひじき	玉葱 人参 いんげん パン缶	菓子						
3歳以上児		エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	ナトリウム mg	ビタミンA ㎍	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩 g
1か月平均		615	24.1	17.4	270	3.2	698	269	0.33	0.46	31	4.0	1.8



都合により献立内容を変更することがあります。牛乳はおやつにつきます。

*マークは手作りおやつです。 ◆マークは全園児が食べられるメニューです。(除去なし)

除去食を依頼されているアレルギー児、土曜日に出席届けを出されていて、欠席をされる場合は必ず園まで連絡を入れて下さい。ご協力お願いいたします。

お願い

箱舟保育園の給食は「大量調理施設衛生管理マニュアル」に基づいて提供しております。その中で「調理後の食品は、調理終了後から2時間以内の喫食」とあります。通常より遅く登園すると2時間以上経過してしまう時がでてきてしまいます。

通院や家庭の事情などで登園時間が11時を過ぎて登園される場合は、昼食を済ませて登園されるか、各自で昼食(市販のパン等可)を持参して登園されますよう、ご協力をお願いいたします。

給食のメニューのレシピが知りたい・野菜をたくさん食べられるレシピが知りたい・最近家での食事を食べてくれないから相談にのって欲しいなどなど、給食のご要望がある方は連絡帳や2階廊下のポストに入れてください。(連絡帳もOKです) 給食メモなどで、回答しま〜す!!

2020年箱舟保育園食育目標

神様の恵みに感謝して、皆と今この食事を楽しんで食べられる子

