

2020年7月

献立表

箱舟保育園

日	曜	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						
		献立名											
1	水	ツナの和風スパゲッティー・ヨーク		スパゲッティー オリーブ油	ツナ ヨーク	キャベツ 玉葱 人参 スズキ・コパノカ しめじ コーン	* フレンチトースト						
2	木	ひじきご飯・かきたま汁		米 砂糖 油 片栗粉	豆腐 鶏肉 卵 蒲鉾 油揚げひじき	人参 ごぼう こんにゃく小松菜 しめじ グリンピース	バナナ・菓子						
3	金	ご飯・鱈の磯辺揚げ・南瓜のサラダ		米 小麦粉 マヨネーズ 片栗粉	鱈 ハム 卵 青のり	南瓜 胡瓜 玉葱	* フルーツヨーグルト						
4	土	◆いなり寿司・味噌汁		米 里芋 砂糖 油	豆腐 油揚げ 鶏肉 蒲鉾 しらす	大根 人参 ごぼう 胡瓜こんにゃく 葱 干し椎茸	菓子						
6	月	ご飯・ポテトとチキンのチーズ焼き・ヨーグルト		米 ジャガイモ マヨネーズ 油	鶏肉 卵 チーズ ヨーグルト	玉葱 人参 トマト ピーマン	* おはぎ						
7	火	七夕そうめん・ヨーク		そうめん 油 砂糖	ハム 卵 ヨーク	みかん缶 ほうれん草 人参 浅葱 干し椎茸	すいか・菓子						
8	水	菜飯・生揚げの味噌炒め		米 砂糖 油 片栗粉ごま油	生揚げ 豚肉	キャベツ 玉葱 人参 青梗菜エリンギ	* ツナドック						
9	木	ご飯・チャプチェ・ヨーグルト		米 春雨 油 砂糖ごま ごま油	牛肉 卵 ヨーグルト	玉葱 人参 小松菜 ニラ干し椎茸	パイン缶・菓子						
10	金	ご飯・鱈の蒲焼き わかめとしり卵のサラダ・ヨーク		米 米粉 油 砂糖ごま	鱈 卵 ベーコン わかめ ヨーク	胡瓜 小松菜 人参	* 和風ホットケーキ						
11	土	◆チキンライス・コンソメスープ		米 春雨 油	鶏肉 わかめ	人参 玉葱 コーン えのきしめじ ピーマン	菓子						
13	月	ご飯・クラムチャウダー・ヨーグルト		じゃがいも 米 マヨネーズ	牛乳 あさり スkimミルク ヨーグルト	玉葱 人参 しめじ クリームコーン いんげん	すいか・菓子						
14	火	7月誕生会 冷やし中華・ぶどう		中華麺 砂糖 油ごま油	焼き豚 わかめ	胡瓜 もやし コーン 人参ぶどう	ケーキ						
15	水	ご飯・鮭の南蛮漬け・粉ふき芋・ヨーク		米 ジャガイモ 米粉油 砂糖 ごま油	鮭 青のり ヨーク	玉葱 人参 しめじ ピーマン	* コーンとハムのカップケーキ						
16	木	♪あいちの日♪					* ジャムサンド						
17	金	中華おこわ・コンソメスープ・ヨーク		米 もち米 油 砂糖片栗粉 ごま油	豆腐 鶏肉 卵 干し貝柱 ヨーク	人参 こんにゃく 青梗菜 クリームコーン コーン 葱 干し椎茸	アイスクリーム・菓子						
3歳以上児 1か月平均		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 μg	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
		599	23.0	16.6	280	3.6	751	286	0.30	0.45	27	3.9	1.9

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)

離乳食児、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。ご協力をお願いいたします。

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の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!!