

日	曜	主な材料 献立名	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
2	月	ご飯・親子煮・ヨーグルト	米 砂糖 油	卵 鶏肉 はんぺん 高野豆腐 ヨーグルト 海苔	玉ねぎ 人参 小松菜 干し椎茸	オレンジ・菓子
4	水	ご飯・ソーセージとポトのチーズ焼き・ヨー	米 じゃが芋 マカロ マヨレ パン粉 油	卵 チーズ ウィナー ヨーク	玉ねぎ 人参 ブロッコリー パプリカ コーン	*ラスク
5	木	醤油ラーメン・カリフラワーとりんごのサラダ	干し中華麺・砂糖・油 ごま油	卵 豚ひき肉 なた	もやし 玉ねぎ 人参 カリフラワー 青梗菜 りんご 胡瓜 コーン 葱 干し椎茸	*チーズじゃこおにぎり
6	金	ご飯・鱈のケチャップあんかけ わかめと卵のサラダ・ヨー	米 米粉 マヨレ 油 片栗粉 砂糖	たら 卵 ハム わかめ ヨーク	玉ねぎ 人参 小松菜 しめじ ピーマン	黄桃缶・菓子
7	土	◆麻婆丼・コンスープ	米 砂糖 片栗粉 油	豆腐 豚ひき肉 牛ひき肉 わかめ	玉ねぎ 人参 もやし 青梗菜 コーン えのき ニラ 葱 干し椎茸	菓子
9	月	ご飯・中華風五目スープ 切干大根とほうれん草のおかか和え	米 春雨 油 片栗粉 砂糖 ごま油	豆腐 豚肉 卵 かつお節	ほうれん草 玉ねぎ 人参 青梗菜 葱 切干大根 干し椎茸	*さつま芋のガレット
10	火	11月誕生会 鮭チャーハン・豚肉の天ぷら キャベツの昆布和え・柿	米 油 小麦粉 砂糖 片栗粉 ごま油	豚肉 鮭 塩こんぶ	キャベツ 柿 玉ねぎ ほうれん草 人参 胡瓜 葱	ケーキ
11	水	外注弁当の日				バナナ・菓子
12	木	ご飯・五目大豆煮・ヨーグルト	米 砂糖 油	生揚げ 大豆 鶏肉 はんぺん ヨーグルト	大根 人参 こんにゃく グリンピース	パイン缶・菓子
13	金	ご飯・カラスカレイのコンチース焼き ビーフンのゴマダレサラダ・ヨー	米 ビーフン 米粉 マヨレ 油 砂糖	カラスカレイ 卵 チーズ ヨーク	胡瓜 クリームコーン 人参	*おから入り甘辛 だんご
14	土	◆ご飯・炒り鶏・パイン缶	米 里芋 油 砂糖	鶏肉 ちくわ	大根 人参 蓮根 パイン缶 こんにゃく いんげん	菓子
16	月	チキンライス・ミルクスープ	米 じゃが芋 米粉 油 オリーブ油 バター	牛乳 鶏肉 スキムミルク	人参 玉ねぎ 青梗菜 しめじ コーン ピーマン	オレンジ・菓子
17	火	ご飯・炒り豆腐・ヨーグルト	米 砂糖 油	豆腐 卵 鶏肉 ヨーグルト	人参 玉ねぎ しらたき ほうれん草 しめじ 葱 干し椎茸	アイスクリーム・菓子
18	水	収穫感謝祭 おにぎり・豚汁・みかん(バナナ)	米 里芋 油	豆腐 豚肉 油揚げ わかめ	みかん(バナナ) 大根 人参 ごぼう こんにゃく 葱 干し椎茸	*マロキきな粉
19	木	食育の日 ご飯・鶏肉と野菜のクリーム煮・ヨーグルト	米 じゃが芋 油 米粉	牛乳 鶏肉 スキムミルク ヨーグルト	白菜 人参 玉ねぎ 小松菜 クリームコーン しめじ	*ジャムサンド
20	金	ご飯・かじきの葱味噌煮 大根とがんものそぼろ煮・ヨー	米 砂糖 片栗粉 油	かじき がんもどき 鶏ひき肉 ヨーク	大根 人参 グリンピース 葱	*チーズ蒸しパン
21	土	◆カレーライス・黄桃缶	米 じゃが芋 米粉 油 はちみつ	豚肉	玉ねぎ 人参 ホールトマト しめじ グリンピース もも缶	菓子
24	火	菜飯・さつま芋の甘辛煮	米 さつま芋 油 片栗粉 砂糖 ごま油	生揚げ 豚肉	人参 玉ねぎ いんげん 干し椎茸	*お好み焼きパン
25	水	ご飯・鮭のちゃんちゃん焼き 蓮根のきんぴら・ヨー	米 米粉 油 砂糖 バター ごま油 ごま	鮭 豚ひき肉 ヨーク	キャベツ 蓮根 人参 青梗菜 しめじ コーン ピーマン えのき	みかん・菓子
26	木	ご飯・マロキカレーシチュー・ヨーグルト	米 じゃが芋 マカロ 米粉 油 はちみつ	牛乳 豚肉 スキムミルク ヨーグルト	玉ねぎ 人参 ブロッコリー しめじ	*野菜のパンケーキ
27	金	海鮮あんかけうどん ひじきのシルキーサラダ	干しうどん マヨレ 片栗粉 油 ごま油 砂糖	小柱 えび いか なた ひじき ツナ	白菜 玉ねぎ 人参 ほうれん草 椎茸 葱	*フルーツヨーグルト
28	土	◆ご飯・回鍋肉・パイン缶	米 砂糖 油 片栗粉	生揚げ 豚肉	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし 青梗菜 エリンギ パイン缶	菓子
30	月	ご飯・味付け海苔・筑前煮	米 里芋 砂糖 油 ごま油	生揚げ 鶏肉 味付け海苔	大根 ごぼう 人参 こんにゃく 蓮根 グリンピース 干し椎茸	みかん・菓子

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。

11日「外注弁当の日」については、給食メモを参照下さい。

収穫感謝祭会食のデザートは1階クラス みかん 2階クラス バナナになります。

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!!

えだまめ・ぶどう・ミニトマト(プチトマト)など、ある程度の硬さがあり、滑りやすい果物や野菜は子どもの気道を塞ぐ大きさであるため、危険性があるとのことですので、お弁当には入れないでください!(どうしても入れる場合は1/4以下にカットして入れるようにして下さい。)

ご飯やパンでも一度にたくさん詰め込んでしまえば、誤嚥・窒息につながります。

日常からご家庭でもよく噛んで食べることの大切さ、食べ物をたくさん詰め込み過ぎない、ふざけながら食べないなどを、ぜひご指導ください。