

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		
			米	油	片栗粉						
1	月	◆ご飯・味付け海苔 生揚げのふき寄せ	米	里芋	油	片栗粉	砂糖	生揚げ 豚肉 はんぺん 味付け海苔	白菜 玉葱 人参 椎茸 いんげん	バナナ・菓子	
2	火	3月誕生会 ちらし寿司・豆腐すまし汁・いちご	米	砂糖	マヨレ	油		豆腐 えび 蒲鉾 油揚げ 高野豆腐 でんぶ わかめ 焼き海苔	人参 いちご コーン 菜花 絹さや えのき かんぴょう 干し椎茸	ケーキ 	
3	水	♪ご飯・麻婆豆腐・ヨーク	米	砂糖	片栗粉	油	ごま油	豆腐 豚ひき肉 牛ひき肉 ヨーク	玉葱 人参 青梗菜 葱 ニラ 干し椎茸	*♪うずら卵onツナ ドック	
4	木	パン(ご飯)・マカロニカレーシチュー ヨーグルト	パン(米)	じゃが芋	米粉	マカロニ	油 蜂蜜	牛乳 豚肉 スキムミルク ヨーグルト	玉葱 人参 ブロッコリー しめじ	*ピーチカップケーキ	
5	金	ご飯・かじきの煮付け・卵の花・ヨーク	米	砂糖	油			かじき おから 鶏ひき肉 油揚げ ヨーク	人参 葱 生姜	ラスク	
6	土	◆チキンピラフ・豆乳スープ	米	油	片栗粉			豆乳 鶏肉 ベーコン	白菜 人参 玉葱 えのき しめじ ピーマン	菓子	
8	月	♪親子丼・なめこ味噌汁	米	砂糖	油			卵 鶏肉 高野豆腐 焼き海苔	玉葱 大根 人参 小松菜 なめこ 三つ葉 葱 干し椎茸	パン缶・菓子	
9	火	お別れ遠足 ★参照								菓子	
10	水	パン(ご飯)・鮭の香草パン粉焼き パスタサラダ・ヨーク	パン(米)	パン粉	スパゲッティ	小麦粉	マヨレ	油	鮭 卵 チーズ ヨーク	キャベツ 人参 ブロッコリー	*フライドポテト
11	木	ご飯・味噌だき・ヨーグルト	米	里芋	砂糖	油		生揚げ 豚肉 ヨーク	大根 人参 ごぼう こんにゃく いんげん	バナナ・菓子	
12	金	お別れ遠足予備日 ◆1階 おにぎり・ウインナー・バナナ ◆2階 ご飯・ポトフ・ヨーグルト	米	油				ウインナー	バナナ	*焼きうどん	
13	土	◆五目ご飯・すまし汁	米	砂糖	片栗粉	油		豆腐 鶏肉 蒲鉾 油揚げ	ごぼう 人参 こんにゃく 小松菜 舞茸 グリンピース	菓子	
15	月	ご飯・ひじきとじゃが芋の煮物 ヨーグルト	じゃが芋	米	砂糖	油		豚肉 はんぺん 高野豆腐 ひじき ヨーグルト	人参 玉葱 いんげん	オレンジ・菓子	
16	火	◆パン(ご飯)・ポークチャップ ひじきと大豆のサラダ	パン(米)	マヨレ	油	砂糖		豚肉 大豆 ツナ ひじき	キャベツ 玉葱 人参 青梗菜 エリンギ	*フルーツヨーグルト	
17	水	♪中華おこわ あさり入り中華卵スープ	米	もち米	砂糖	油	片栗粉	ごま油	豆腐 卵 鶏肉 あさり 焼き豚 干し貝柱	人参 こんにゃく 青梗菜 葱 干し椎茸	*さつま芋のガレット
18	木	♪菜飯・けんちん汁・ヨーグルト	米	里芋	油			豆腐 鶏肉 蒲鉾 油揚げ ヨーグルト	大根 人参 ごぼう こんにゃく 葱 干し椎茸	パン缶・菓子	
19	金	食育の日 ご飯・カラスカレイの香味ソース焼き ビーフンのゴマダレサラダ・ヨーク	米	ビーフン	米粉	油	砂糖		カラスカレイ 卵 ハム ヨーク	玉葱 胡瓜 人参 えのき 葱 生姜	*ジャムサンド
20	土	第46回卒業式礼拝									

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
		622	24.5	17.5	275	3.4	657	261	0.36	0.45	26	4.4

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。 献立表にパンと記入されている日は2階クラスはご飯になります。
 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。
 *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)

♪マークはふじぐみリクエスト給食です！

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。 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などを、ぜひご指導ください。★

