

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						
20	月	ご飯・肉じゃが・ヨーグルト		じゃが芋 米 砂糖 油 強化米	豚肉 ヨーグルト	玉葱 人参 しらすき しめじ いんげん	みかん・菓子						
21	火	ご飯・かじきの生姜煮 ブロッコリーのごま酢和え・ヨー		米 砂糖 ごま 強化米	かじき ヨーク 蒲鉾 わかめ	アスパラ 人参 生姜	*エビトースト						
22	水	ご飯・冬野菜の〇〇・ヨーグルト 16日の食育の日に、子どもたちにメニューを決めてもらいます!		米 強化米	ヨーグルト	<b>メニュー・使用食材は当日、掲示板でお伝えします。</b>	パイン缶・菓子						
23	木	菜めし・八宝豆腐		米 片栗粉 油 ごま油 強化米	豆腐 じゃが芋 豚肉 あさり かつ	白菜 人参 玉葱 青梗菜 干し椎茸	*ブルーベリーケーキ						
24	金	パン・フライドチキン パスタサラダ		パン パンゲッター 油 小麦粉 片栗粉	鶏肉 卵 ハム	ほうれん草 人参 トマト パセリ	*おはぎ						
25	土	◆ハヤシライス・パイン缶		じゃが芋 米 油 強化米	豚肉	玉葱 人参 じゃが芋 しめじ グリルピーズ パイン缶	菓子						
27	月	ご飯・ひじきとじゃが芋の煮物 ヨー		じゃが芋 米 砂糖 油 強化米	豚肉 高野豆腐 はんぺん ひじき ヨーク	人参 玉葱 いんげん	みかん・菓子						
28	火	◆イタリアンスパゲッティ パイン缶		スパゲッティ 油	ウインナー	キャベツ 玉葱 じゃが芋 人参 トマト ピーマン パイン缶	*チーズ おかかおにぎり						
1/4	火	◆カレーライス・黄桃缶		じゃが芋 米 強化米 米粉 油 蜂蜜	ツナ	玉葱 人参 もも缶 じゃが芋 しめじ グリルピーズ りんご果汁	菓子						
5	水	ひじきご飯・味噌汁		米 じゃが芋 油 砂糖 強化米	豆腐 ツナ 油揚げ ひじき	人参 こんにゃく 玉葱 グリルピーズ 干し椎茸	みかん・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	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g	食塩 g
		609	23.0	18.8	279	630	2.8	A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg	4.7	1.6
								318	0.54	0.43	37		

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。給食メモなどで、回答しま〜す!

ご家庭でも日常から、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、窒息事故防止を、ぜひご指導ください。