



| 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 |
|----|---|---------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------|---|----------------|-----|
| | | | | | | | |
| 7 | 金 | ご飯・鱈のあんからめ・春雨サラダ ヨーグ | 米 油 春雨 小麦粉 マヨドレ 片栗粉 砂糖 ごま 強化米 | 鱈 卵 ヨーク | 人参 ブロッコリー | *フレンチトースト | |
| 8 | 土 | ◆ゆかりご飯・けんちん汁 | 米 里芋 油 強化米 | 鶏肉 蒲鉾 わかめ | 大根 人参 ごぼう こんにゃく えのき 葱 干し椎茸 | 菓子 | |
| 11 | 火 | パン・ポテトとチキンのチーズ焼き ヨーグ | じゃがいも パン マヨドレ マカロニ 油 | 鶏肉 卵 チーズ ヨーク | 人参 玉葱 ほうれん草 パプリカ | *白玉ぜんざい | |
| 12 | 水 | 味噌汁・さつま芋の白和え | 中華麺 さつま芋 油 砂糖 すりごま | 豆腐 豚ひき肉 卵 ナルト | もやし 玉葱 人参 青梗菜 水菜 コーン 葱 干し椎茸 | *洋風焼きおにぎり | |
| 13 | 木 | チキンライス・白菜のミルクスープ ヨーグルト | 米 バター 油 オリーブ油 | 牛乳 鶏肉 スキムミルク ヨーグルト | 白菜 玉葱 人参 コーン しめじ ピーマン 浅葱 | みかん・菓子 | |
| 14 | 金 | ご飯・鮭のコーンマヨ焼き ほうれん草の和風バターソテー・ヨーグ | 米 米粉 マヨドレ 油 バター 強化米 | 鮭 チーズ ベーコン ヨーグ | ほうれん草 玉葱 人参 クリームコーン | *マカロニきな粉 | |
| 15 | 土 | ◆ハヤシライス・パイン缶 | 米 ジャガイモ 油 強化米 | 豚肉 | 玉葱 人参 ホールトマト しめじ グリーンピース | 菓子 | |
| 17 | 月 | ご飯・すき焼き風煮・ヨーグルト | 米 砂糖 油 強化米 | 焼き豆腐 牛肉 卵 ヨーグルト | 白菜 人参 玉葱 こんにゃく 椎茸 葱 | 黄桃缶・菓子 | |
| 18 | 火 | 1月誕生会 カレーピラフ・焼きコロケ 切干大根のサラダ・いちご | 米 ジャガイモ 油 パン粉 小麦粉 砂糖 | 鶏肉 ツナ 豚ひき肉 牛ひき肉 | いちご 玉葱 人参 切干大根 コーン パプリカ ピーマン 干し椎茸 | ケーキ | |
| 19 | 水 | 食育の日「身近なたべもの」 じゃこふりかけご飯・豚汁・ヨーグ | 米 里芋 油 ごま油 強化米 | 豆腐 豚肉 じゃこ 油揚げ かつお節 ヨーク | 大根 人参 ごぼう こんにゃく 葱 干し椎茸 | *ジャムサンド | |
| 20 | 木 | パン・中華風五目スープ ひじきとほうれん草のサラダ | パン マヨドレ 春雨 油 片栗粉 砂糖 ごま油 | 豆腐 豚肉 卵 ツナ ひじき | 人参 玉葱 青梗菜 ほうれん草 えのき 葱 干し椎茸 | *さつま芋のカップケーキ | |
| 21 | 金 | ご飯・味付け海苔 カラスカレイの甘酢あんかけ・ヨーグルト | 米 米粉 油 砂糖 片栗粉 強化米 | カラスカレイ 味付け海苔 ヨーグルト | 玉葱 人参 青梗菜 パプリカ ピーマン エリンギ えのき | みかん・菓子 | |
| 22 | 土 | ◆菜飯・肉じゃが | じゃがいも 米 砂糖 油 強化米 | 豚肉 | 玉葱 人参 白滝 しめじ いんげん | 菓子 | |
| 24 | 月 | ご飯・炒り豆腐・ヨーグルト | 米 砂糖 油 強化米 | 豆腐 卵 豚ひき肉 海苔 ヨーグルト | 人参 玉葱 小松菜 白滝 葱 干し椎茸 | みかん・菓子 | |
| 25 | 火 | パン・カレーシチュー カリフラワーのサラダ | じゃがいも パン マヨドレ 米粉 油 蜂蜜 | 牛乳 ウィナー ツナ スキムミルク | 玉葱 人参 カリフラワー コーン缶 グリーンピース しめじ りんご果汁 | *フルーツヨーグルト | |
| 26 | 水 | 海鮮あんかけうどん・ヨーグ | うどん 片栗粉 ごま油 | 小柱 えび いか ナルト 卵 ヨーク | キャベツ 人参 玉葱 椎茸 葱 | *カルピス蒸しパン | |
| 27 | 木 | ご飯・筑前煮・ヨーグルト | 米 里芋 砂糖 油 強化米 ごま油 | 生揚げ 鶏肉 竹輪 ヨーグルト | 大根 人参 ごぼう こんにゃく グリーンピース 干し椎茸 | *ツナマヨトースト | |
| 28 | 金 | ご飯・鰯の葱味噌焼き 白菜とがんもの煮浸し | 米 砂糖 片栗粉 強化米 | 鰯 がんもどき 鶏ひき肉 | 白菜 人参 葱 | 黄桃缶・菓子 | |
| 29 | 土 | ◆チキンピラフ・キャベツのスープ | 米 油 オリーブ油 強化米 | 鶏肉 わかめ | 人参 玉葱 キャベツ しめじ えのき ピーマン 浅葱 | 菓子 | |
| 31 | 月 | ご飯・麻婆春雨・ヨーグルト | 米 春雨 砂糖 油 ごま油 強化米 | 生揚げ 豚ひき肉 牛ひき肉 ヨーグルト | 玉葱 人参 青梗菜 葱 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。

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、危険性があります。ご家族そろっての食事会など普段と違う食事の場面では特にご注意ください!!

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。

