

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						
							食物繊維	食塩					
1	火	3月誕生会 ちらし寿司・豆腐すまし汁・いちご		米 砂糖 マヨドレ 油 強化米	豆腐 エビ 蒲鉾 油揚げ 高野豆腐 でんぶ 海苔 わかめ	人参 いちご コーン 絹さや 菜花 えのき 干びょう 干し椎茸 いちご	ケーキ						
2	水	超熟ロール・カラスカレイの甘酢あんかけ ビーフンのごまだれサラダ・ヨーク		パン ビーフン 米粉 油 砂糖 片栗粉	カラスカレイ 卵 ヨーク	玉葱 人参 青梗菜 水菜 えのき パプリカ ピーマン	★*ひじき入り五平餅						
3	木	ご飯・生揚げのふき寄せ ブロッコリーの和え物		米 里芋 砂糖 油 片栗粉 強化米	生揚げ 豚肉 しらす はんぺん	白菜 人参 玉葱 ブロッコリー コーン 椎茸 いんげん	黄桃缶・菓子						
4	金	★大豆入りミートソーススパゲッティー ヨーク		スパゲッティー 油 米粉 砂糖	豚ひき肉 大豆 牛ひき肉 チーズ ヨーク	玉葱 人参 ホールトマト しめじ セロリ パセリ 干し椎茸	★*きな粉トースト						
5	土	◆わかめご飯・味噌だき		米 里芋 砂糖 油 強化米	豚肉 はんぺん わかめ	大根 人参 ごぼう こんにやく いんげん	菓子						
7	月	ご飯・味付け海苔・親子豆腐 ヨーグルト		米 砂糖 油 強化米	豆腐 卵 鶏肉 はんぺん 味付け海苔 ヨーグルト	玉葱 人参 小松菜 葱 干し椎茸	オレンジ・菓子						
8	火	お別れ遠足	お弁当に除去食材は入れないでください					ミルクケーキ					
9	水	★わかめ炒飯・中華スープ		米 油 ごま油 強化米	豆腐 卵 エビ 焼き豚 わかめ	玉葱 人参 ピーマン えのき ニラ 葱 干し椎茸	★*焼き芋						
10	木	♪AB ロール・フライドチキン ひじきと小松菜のミルクィーサラダ ヨーク		パン 小麦粉 油 マヨドレ 片栗粉 砂糖	鶏肉 ツナ ひじき ヨーク	小松菜 人参	★*豆腐入り甘辛だんご						
11	金	★◆ふじ・ゆり おにぎり・ウインナーソーテー・バナナ		米 油 強化米	ウインナー	バナナ	★*ラスク						
		◆きく・乳児 ご飯・ポトフ・ヨーグルト		米 油 じゃが芋 強化米	鶏肉 ヨーグルト	ブロッコリー 人参 玉葱 しめじ キャベツ							
12	土	◆五目ごはん・味噌汁		米 里芋 砂糖 油 強化米	鶏肉 竹輪	ごぼう 人参 大根 こんにやく えのき 舞茸 グリンピース 浅葱 干し椎茸	菓子						
14	月	モーニングロール シーフードチャウダー・ヨーク		じゃが芋 パン マカロニ 米粉 油	牛乳 小柱 イカ あさり スキムミルク ヨーク	玉葱 人参 コーン グリンピース	黄桃缶・菓子						
15	火	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 強化米	豚肉 高野豆腐 はんぺん ひじき ヨーグルト	人参 玉葱 いんげん	バナナ・菓子						
16	水	中華おこわ・中華風コーンスープ		米 餅米 砂糖 油 片栗粉 ごま油 強化米	豆腐 鶏肉 卵 焼き豚 干し貝柱	人参 こんにやく 青梗菜 コーン 浅葱 葱 干し椎茸	★*フライドポテト						
3歳以上児		エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	ナトリウム	鉄	ビタミン				食物繊維	食塩
1か月平均		kcal	g	g	mg	mg	mg	A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg	g	g
		582	24.2	17.3	289	725	3.6	282	0.51	0.47	30	4.9	1.8

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。★マークはふじぐみリクエスト給食です！

*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)

10日(木) ふじぐみはお楽しみ給食です！

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。

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。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。

乳児のお弁当にはピックは使用しないでください。安全面の配慮です。

