

献 立 表

箱舟保育園

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	ごま油	強化米						
19	月	◆ゆかりご飯・八宝豆腐	米	片栗粉	油	ごま油	豆腐 豚肉 なた	白菜 玉葱 人参 青梗菜 葱 干し椎茸	みかん・菓子			
20	火	ご飯・カラスライの葱味噌焼き 蕪の蟹あんかけ・ヨーグルト	米	米粉	砂糖	片栗粉	カラスライ がんもどき 蟹 ヨーグルト	蕪 人参 蕪葉 葱 生姜	マドレーヌ			
21	水	ご飯・味付け海苔・冬野菜の〇〇 15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			味付け海苔	メニュー・使用食材は当日、掲示板でお伝えします。				
22	木	ほうとう風うどん・ヨーク	うどん	里芋			卵 鶏肉 蒲鉾 油揚げ ヨーク	白菜 南瓜 人参 大根 椎茸 葱	*フルーツヨーグルト			
23	金	◆黒パン・フライチキン キャベツとりんごのサラダ・ヨーグルト	パン	油	小麦粉		鶏肉 ヨーグルト	キャベツ 胡瓜 りんご コーン 大蒜 生姜 パセリ	*ブルーベリーケーキ			
24	土	◆ミートソーススパゲッティー みかん缶	スパゲッティー	油	砂糖		豚ひき肉 牛ひき肉 粉チーズ	玉葱 人参 ホールトマト しめじ パセリ 干し椎茸 みかん缶	菓子			
26	月	超熟ロール・クリームシチュー・ヨーグルト	じゃが芋	パン	米粉	油	牛乳 鶏肉 スキムミルク ヨーグルト	玉葱 人参 ブロッコリー クリームコーン しめじ	みかん・菓子			
27	火	◆ご飯・鮭のあけぼの焼き ほうれん草と豆腐のごま和え・ヨーク	米	米粉	マドレ	油	鮭 豆腐 粉チーズ ヨーク	ほうれん草 キャベツ 人参 えのき パセリ	*さつま芋蒸しパン			
28	水	わかめご飯・すき焼き風煮	米	砂糖	油		卵 牛肉 焼き豆腐 わかめ	白菜 人参 玉葱 白滝 えのき 葱	*マロンきな粉			
1/4	水	◆ツナカレーライス・パン缶	じゃが芋	米	米粉	油	ツナ	人参 玉葱 ホールトマト グリンピース りんご果汁 パン缶	菓子			
5	木	◆ひじきご飯・さつま芋の味噌汁 ヨーグルト	米	さつま芋	砂糖		豆腐 ツナ 油揚げ ひじき ヨーグルト	人参 こんにゃく グリンピース 干し椎茸	みかん・菓子			
3歳以上児 11日間平均	エネルギー kcal		たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	ナトリウム mg	鉄 mg	ビタミン			食物繊維 g	食塩 g
	578		24.1	17.1	294	629	2.8	A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg	4.5

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、この期間の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。ご協力をお願いいたします。

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、食べ物たくさん詰め込み過ぎないなどを、ぜひご指導ください。