

日	曜	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						
		献立名											
1	水	ハヤシライス・ヨーグルト		じゃが芋 米 油 強化米	牛肉 卵 ヨーグルト	玉葱 人参 ホールトマト しめじ グリンピース	*おから入り白玉団子						
2	木	モーニングロール・中華風五目スープ ひじきのミルクシーサラダ		パン 春雨 マヨレ 油 片栗粉 砂糖 ごま油	豆腐 豚肉 卵 ツナ ひじき	玉葱 人参 青梗菜 ほうれん草 えのき 葱 干し椎茸	*フルーツヨーグルト						
3	金	◆わかめご飯・五目大豆味噌煮 ヨーグ		米 砂糖 油 強化米	生揚げ 大豆 鶏肉 はんぺん わかめ ヨーグ	大根 人参 ごぼう こんにゃく グリンピース	黄桃缶 ・菓子						
4	土	◆すき焼き丼・パイン缶		米 砂糖 油 強化米	焼き豆腐 豚肉	白菜 玉葱 人参 こんにゃく 椎茸 葱 パイン缶	菓子						
6	月	◆ご飯・炒り鶏・ヨーグルト		米 里芋 砂糖 油 強化米	鶏肉 がんもどき 竹輪 ヨーグルト	大根 人参 こんにゃく 蓮根 いんげん	プチシュー						
7	火	2月誕生会 ◆幼児ハンバーガー ◆乳児ABロール・ハンバーグ カレースパゲッティサラダ・いちご		パン マカロニ マヨレ 片栗粉 オリーブ油 砂糖	豚ひき肉 牛ひき肉 チーズ おから	キャベツ 玉葱 人参 いちご ブロッコリー コーン	ケーキ						
8	水	◆菜飯・生揚げの中華炒め		米 砂糖 片栗粉 油 強化米 ごま油	生揚げ 豚肉	キャベツ 玉葱 人参 青梗菜 エリンギ	*スイートポテト						
9	木	カレーうどん・ヨーグ		うどん 片栗粉	豚肉 卵 蒲鉾 油揚げ ヨーグ	玉葱 人参 小松菜 葱 干し椎茸	バナナ・菓子						
10	金	ご飯・鰯の味噌漬け焼き ごぼうの金平サラダ・ヨーグルト		米 マヨレ 砂糖 油 強化米 ごま油	鰯 卵 ヨーグルト	ごぼう 人参 いんげん	*ピザトースト						
13	月	★ご飯・麻婆豆腐・ヨーグ		米 砂糖 片栗粉 油 強化米 ごま油	豆腐 豚ひき肉 牛ひき肉 ヨーグ	玉葱 人参 青梗菜 コー 葱 干し椎茸	オレンジ・菓子						
14	火	お弁当の日 食育の日 「よく噛んで食べよう」		アレルギー児は除去食材はお弁当に使用しないでください 下記参照			メロンパン						
15	水	◆ご飯・鮭の甘酢あんかけ 切干大根の煮物・ヨーグルト		米 米粉 砂糖 油 片栗粉 油 強化米	鮭 鶏ひき肉 油揚げ ヨーグルト	玉葱 人参 えのき 切干大根 パプリカ ピーマン グリンピース 干し椎茸 生姜	*★クレープ♥						
16	木	味噌ラーメン・パイン缶		中華麺 砂糖 油	豚ひき肉 ナルト 卵	もやし 玉葱 人参 青梗菜 コーン 葱 干し椎茸 パイン缶	*ジャムサンド						
17	金	超熟ロール マカロニクリームシチュー・ヨーグ		じゃが芋 パン マカロニ 米粉 油	牛乳 鶏肉 スキムミルク ヨーグ	玉葱 人参 クリームコーン ブロッコリー しめじ	*チーズじゃこおにぎり						
18	土	◆ご飯・八宝菜・黄桃缶		米 ごま油 片栗粉 強化米	豚肉	白菜 もやし 人参 もも缶 葱 生姜 大蒜 椎茸	菓子						
20	月	ご飯・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 海苔 ヨーグルト	玉葱 人参 小松菜 葱 干し椎茸	バナナ・菓子						
21	火	鶏の照り煮丼・味噌汁		米 里芋 油 砂糖 片栗粉 強化米	鶏肉 卵 わかめ	白菜 菜の花 三つ葉 生姜	*ツナドッグ						
22	水	AB ロール・カラスカレイのコーンシチュー ・ヨーグ		パン 米粉 油	カラスカレイ 牛乳 ベーコン スキムミルク ヨーグ	キャベツ 玉葱 人参 クリームコーン しめじ いんげん 生姜	*マカロニきな粉						
24	金	◆ゆかりご飯・生揚げのふきよせ ヨーグルト		米 里芋 油 片栗粉 砂糖 強化米	生揚げ 豚肉 はんぺん ヨーグルト	白菜 玉葱 人参 椎茸 いんげん	*★フライドポテト						
25	土	◆ご飯・麻婆春雨・みかん缶		米 春雨 砂糖 油 強化米 強化米	豚ひき肉 牛ひき肉	みかん缶 玉葱 人参 青梗菜 葱 干し椎茸 大蒜 生姜	菓子						
27	月	◆ご飯・相性汁・ヨーグ		さつまいも 米 油 強化米	豆腐 ベーコン スキムミルク 油揚げ ヨーグ	大根 南瓜 人参 玉葱 こんにゃく 葱 干し椎茸	オレンジ・菓子						
28	火	3月誕生会 散らし寿司・豆腐すまし汁・いちご		米 砂糖 マヨレ 油 強化米	豆腐 えび 蒲鉾 油揚げ 高野豆腐 でんぶ わかめ 海苔	人参 いちご コーン 菜の花 絹さや えのき 干し椎茸 干瓢	ケーキ						
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	ナトリウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g	食塩 g
		599	25.2	18.8	322	708	3.4	A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg	4.8	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)
 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、食べ物たくさん詰め込み過ぎないなどを、ぜひご指導ください。