

献 立 表 箱舟保育園

日	曜	主な材料 献立名	身体を動かすエネルギー 一源になる(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	米	油	A	B1	B2	C	食物繊維	食塩								
18	土	◆ツナとトマトのスパゲッティ・黄桃缶	スパゲッティ		ツナ		玉葱	人参	いんげん	コーン	しめじ	ホー乱	黄桃缶	菓子						
20	月	ご飯・八宝豆腐・ソファール	米	片栗粉	油	ごま油	豆腐	豚肉	エビ	はんぺん	ヨーグルト	キャベツ	玉葱	人参	青梗菜	干し椎茸	オレンジ・菓子			
22	水	◆醤油ラーメン ブロッコリーのごま酢和え	中華麺	砂糖	油	ごま	豚肉	ハム	ナルト	わかめ		もやし	玉葱	人参	青梗菜	ブロッコリー	葱	*じゃこトースト		
23	木	◆わかめご飯・けんちん汁・ヨー	米	里芋	油	強化米	豆腐	鶏肉	蒲鉾	油揚げ	わかめ	大根	人参	ごぼう	こんにやく	葱	干し椎茸	スナックパン		
24	金	AB ロール・カラスカレイの香草パン粉焼き ポテトサラダ・コアリんご	じゃが芋	パン	パン粉		カラスカレイ	卵	ハム	粉チーズ		人参	胡瓜					*豆腐入り甘辛だんご		
25	土	◆ハヤシライス・パン缶	じゃが芋	米	油	強化米	豚肉					玉葱	人参	パン缶	ホー乱			菓子		
27	月	◆菜飯・鶏肉と根菜の味噌煮 ヨー	米	里芋	砂糖	油	強化米	生揚げ	鶏肉	竹輪	ヨー	大根	人参	こんにやく	蓮根	いんげん	干し椎茸	バナナ・菓子		
28	火	★超熟ロール・ポテトとツナのチーズ焼き ソファール苺	じゃが芋	パン	マヨレ		ツナ	卵	チーズ	ヨー		玉葱	人参	アスパラガス	コーン			*とりそぼろおにぎり		
29	水	チキンピラフ・ミルクスープ	米	米粉	バター	オリーブ油	牛乳	鶏肉	スキムミルク	ベーコン		白菜	玉葱	人参	菜花	クリームコーン	コーン	しめじ	ピーマン	★*お好み焼き
30	木	◆★カレーライス キャベツとみかんのサラダ	じゃが芋	米	米粉	油	豚肉					玉葱	人参	キャベツ	みかん缶	ホー乱	マヨレ	牛乳	パン	
31	金	ご飯・鮭の南部焼き わかめといり卵のサマヨレダ・ヨー	米	米粉	マヨレ	砂糖	鮭	卵	ハム	わかめ	ヨー	人参	小松菜	生姜					★*マカロニきな粉	
4/1	土	◆カレーライス(簡易給食)	米				カレー												菓子	
3	月	◆ゆかりご飯・五目大豆煮 コアぶどう	米	砂糖	油	強化米	生揚げ	大豆	鶏肉	はんぺん		大根	人参	こんにやく	グリピース				オレンジ・菓子	
4	火	味噌煮込みうどん・パン缶	うどん	砂糖	油		卵	鶏肉	蒲鉾	油揚げ		白菜	人参	葱	干し椎茸	パン缶			ヨーグルトケーキ	
5	水	◆ご飯・ひじきとじゃが芋の煮物 ヨー	じゃが芋	米	砂糖	油	豚肉	高野豆腐	はんぺん	ひじき		玉葱	人参	いんげん					黄桃缶・菓子	
6	木	モーニングロール・鱈のクリームソース 切干大根の洋風煮	パン	米粉	油	砂糖	鱈	牛乳	ベーコン	スキムミルク	油揚げ	玉葱	菜花	人参	切干大根	しめじ	絹さや	コーン	生姜	焼きじゃが
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							
		615	27.4	18.9	349	805	3.5	A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg	4.8	2.0							
								290	0.54	0.54	42									

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。★ふじくみりクエストメニューです！ *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、この期間中に出席届けを出されていて、欠席をされる場合は必ずコドモン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。

