



献立表



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					
1	金	◆ご飯・生揚げのふきよせ・ヨーク	米	里芋 油 片栗粉 砂糖 強化米	米 里芋 油 片栗粉 砂糖 強化米	ヨーク 生揚げ 豚肉 はんぺん	白菜 玉葱 人参 椎茸 いんげん	*ホットケーキ					
2	土	◆ご飯・根菜と豚肉の煮物・黄桃缶	米	里芋 強化米	米 里芋 強化米	豚肉 はんぺん	大根 桃 人参 蓮根 こんにゃく いんげん	菓子					
4	月	◆ご飯・ひじきとじゃが芋の煮物 コアぶどう	じゃが芋	米 砂糖 油 強化米	じゃが芋 米 砂糖 油 強化米	ヨーグルト 豚肉 高野豆腐 竹輪 ひじき	玉葱 人参 いんげん	みかん・菓子					
5	火	12月誕生会 ◆白パン・ミニトマト・南瓜のオムレツ・いちご	パン	じゃが芋 マドレ 片栗粉 油 砂糖	パン じゃが芋 マドレ 片栗粉 油 砂糖	豚ひき肉 牛ひき肉 ツナ おから	南瓜 玉葱 いちご 人参 胡瓜 枴	ケーキ					
6	水	ビーフストロガノフ・ヨーク	米	バター 強化米	米 バター 強化米	ヨーク 牛肉 生クリーム	玉葱 人参 エリンギ 舞茸 しめじ 椎茸 グリピース	*おから入り甘辛だんご					
7	木	◆わかめご飯・根菜の胡麻味噌煮	米	里芋 砂糖 油 ごま 強化米	米 里芋 砂糖 油 ごま 強化米	生揚げ 豚肉 はんぺん わかめ	大根 人参 こんにゃく ごぼう 蓮根 いんげん	*ピザトースト					
8	金	ご飯・鰯の照り焼き ほうれん草とえのき茸のお浸し コアヨーグルト	米	砂糖 油 強化米	米 砂糖 油 強化米	鰯 ヨーグルト 卵 がんもどき	ほうれん草 人参 えのき	*マカロニきな粉					
9	土	◆ゆかりごはん・カレー肉じゃが	じゃが芋	米 砂糖 強化米	じゃが芋 米 砂糖 強化米	豚肉	玉葱 人参 しらたき しめじ いんげん	菓子					
11	月	ご飯・味付け海苔・生揚げのハンバーグ	米	砂糖 油 強化米	米 砂糖 油 強化米	生揚げ 卵 豚肉 はんぺん 味付け海苔	キャベツ 人参 玉葱 青梗菜 干し椎茸	牛乳ケーキ					
12	火	超熟ロール・マカロニクリームシチュー ヨーク	じゃが芋	パン マカロニ 米粉 油	じゃが芋 パン マカロニ 米粉 油	ヨーク 牛乳 鶏肉 味噌	玉葱 人参 クリームン ブロッコリー しめじ	*お好み焼き					
13	水	◆ご飯・かじきの生姜煮 いかと切干大根の旨煮・ソール	米	里芋 砂糖 油 強化米	米 里芋 砂糖 油 強化米	ヨーグルト かじき いか 油揚げ	人参 グリピース 切干大根 生姜	みかん・菓子					
14	木	お弁当の日 下記参照 食育の日「冬が旬の食べ物 食に関わる人皿作ってくれる人」						牛乳パン					
15	金	中華おこわ・中華風コーンスープ ヨーク	米	もち米 砂糖 油 片栗粉 ごま油 強化米	米 もち米 砂糖 油 片栗粉 ごま油 強化米	ヨーク 豆腐 鶏肉 卵 焼き豚 わかめ 干し貝柱	人参 こんにゃく 青梗菜 トン 葱 干し椎茸	*ジャムサンド					
3歳以上児 1か月平均	1kgあたり kcal		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	食塩相当量
			g	g	mg	mg	mg	A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg	g	g
		567	23.4	18.6	277	629	3.1	277	0.59	0.45	28	4.4	1.6

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、土曜日回答されていて、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ののって欲しいなどなど、給食のご要望がある方はコドモンやメールでお知らせください。給食メモなどで、回答しま〜す!!

ぶどうは形状に関わらずお弁当には禁止です。えだまめ・ミニトマト(プチトマト)・さくらんぼなど、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、どうしても入れる場合は1/4以下にカットして下さい。

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。

