

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
9	火	◆ゆかりご飯・五目大豆煮		米 砂糖 油 強化米	生揚げ 大豆 鶏肉 はんぺん	大根 人参 こんにゃく グリルピース	*フレンチトースト
10	水	超熟ロール ポトとシーフードのチーズ焼き・リアル		じゃが芋 パン マドレ 油	ヨーグルト 卵 チーズ 塩 あさり	玉葱 人参 いんげん パプリカ	みかん・菓子
11	木	白菜と豚肉の煮込みうどん れんこんサラダ		うどん マドレ 油 砂糖	卵 豚肉 ベーコン 竹輪 油揚げ	白菜 蓮根 人参 青梗菜 玉葱 コーン 葱	*白玉ぜんざい
12	金	◆ご飯・鰯の葱味噌焼き 蕪とがんものそぼろ煮・ヨーク		米 米粉 砂糖 片栗粉 強化米	ヨーク 鰯 がんもどき 鶏ひき肉	蕪 人参 葱 生姜	プチシュー
13	土	◆照り焼きチキン丼・パイン缶		米 砂糖 揚げ油 油 強化米	鶏肉	キャベツ コーン 玉葱 小松菜 人参 しめじ いんげん	菓子
15	月	ご飯・炒り豆腐・コアぶどう		米 砂糖 油 強化米	ヨーグルト 豆腐 卵 豚肉	玉葱 人参 小松菜 しらたき しめじ 葱 干し椎茸	みかん・菓子
16	火	◆カレー・焼きコロッケ 切干大根のサラダ・いちご		じゃが芋 米 パン粉 油 小麦粉 砂糖 強化米	鶏肉 卵 豚ひき肉 牛ひき肉	いちご 玉葱 人参 水菜 切干大根 コーン パプリカ ピーマン 干し椎茸	ケーキ
17	水	麻婆丼・わかめスープ		米 片栗粉 砂糖 油 強化米 ごま油	豆腐 卵 豚ひき肉 牛ひき肉 ナルト わかめ	玉葱 人参 もやし 青梗菜 コーン 浅葱 葱 干し椎茸	バウムクーヘン
18	木	しらすご飯・筑前煮・ヨーク		米 里芋 砂糖 油 ごま油 ごま 強化米	ヨーク 生揚げ 鶏肉 しらす 竹輪	大根 人参 こんにゃく ごぼう 蓮根 グリルピース 葱 干し椎茸	*ジャムサンド
19	金	モンガラ・ガスライのきのこクリーム ほうれん草ソテー・コアりんご		じゃが芋 パン 米粉 油	ガスライ ヨーグルト 牛乳 卵 ハム スキムミルク	キャベツ 玉葱 ほうれん草 人参 舞茸 しめじ コーン 生姜	*焼き芋
20	土	◆ご飯・春雨の中華炒め・黄桃缶		米 春雨 砂糖 油 ごま油 強化米	生揚げ 豚ひき肉 牛ひき肉	玉葱 人参 桃缶 青梗菜 葱 干し椎茸 大蒜 生姜	菓子
22	月	菜飯・豚肉の柳川風煮・ヨーク		米 砂糖 油 強化米	ヨーク 焼き豆腐 卵 豚肉 はんぺん 海苔	玉葱 ごぼう 人参 小松菜	みかん・菓子
23	火	チキンピラフ ベーコンのミルクスープ		米 じゃが芋 バター 油 揚げ油 強化米	牛乳 鶏肉 ベーコン スキムミルク	玉葱 人参 ｸﾞｰﾄﾞﾝ しめじ ピーマン 浅葱	*抹茶と豆乳のパンケーキ
24	水	味噌ラーメン 白菜としらすの塩昆布和え		中華麺 砂糖 油 ごま油	豚ひき肉 しらす なんと 塩昆布	白菜 もやし 玉葱 青梗菜 水菜 人参 コーン ニラ 葱 干し椎茸	牛乳パン
25	木	◆ご飯・さつま芋の甘辛煮 ソファール		さつま芋 米 砂糖 油 片栗粉 ごま油 強化米	ヨーグルト 生揚げ 豚肉	玉葱 人参 こんにゃく いんげん 干し椎茸	*マカロニきな粉
26	金	◆超熟ロール・鮭のオーロラ焼き カリフラワーのカレー炒め・ヨーク		パン 米粉 マドレ 油	鮭 ヨーク ウインナー チーズ	カリフラワー 人参 ピーマン 生姜	*五平餅
27	土	◆ご飯・ひじきとじゃが芋の煮物 パイン缶		じゃが芋 米 砂糖 油 強化米	豚肉 高野豆腐 はんぺん ひじき	玉葱 人参 パイン缶 いんげん	菓子
29	月	ご飯・味噌汁海苔・生揚げの卵とじ コアいちご		米 砂糖 片栗粉 油 強化米	生揚げ 豚肉 卵 味噌汁海苔	白菜 人参 玉葱 ほうれん草 椎茸	みかん・菓子
30	火	白パン・コーンクリームシチュー キャベツとりんごのサラダ		じゃが芋 パン マカロニ 油 米粉 砂糖	牛乳 鶏肉 ｽｷﾞﾝｸ	キャベツ 玉葱 人参 りんご ｸﾞｰﾄﾞﾝ ブロッコリー 胡瓜 しめじ	*フルーツヨーグルト
31	水	◆ご飯・かじきの味噌煮 牛肉とごぼうの煮物・ヨーク		米 砂糖 油 強化米	かじき ヨーク 牛肉	ごぼう 人参 しらたき いんげん 生姜	*コーンマヨトースト

3歳以上児 1か月平均	エネルギー			カルシウム mg	ナトリウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g	食塩相当量 g
	kcal	たんぱく質 g	脂質 g				A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg		
	602	24.8	19.5				316	754	3.2	277		

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、土曜日出席の回答されていて、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に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。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、食べ物たくさん詰め込み過ぎないなどを、ぜひご指導ください。