

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	木	◆ハヤシライス・コアもも		じゃが芋 米 油 強化米	牛肉 ヨーグルト	玉葱 人参 ホールトマト しめじ グリボース	牛乳ケーキ
2	金	じゃこねぎご飯・五目大豆味噌煮		米 砂糖 油 強化米 ごま油	生揚げ 大豆 鶏肉 じゃこ はんぺん かつお節	大根 いんげん 人参 こんにゃく 葱	★*おから入り きな粉団子
3	土	◆すき焼き風煮丼・パイン缶		米 砂糖 油 強化米	焼き豆腐 豚肉 蒲鉾	白菜 玉葱 人参 しらたき パイン缶 椎茸 小松菜 葱	菓子
5	月	ご飯・味付け海苔・炒り鶏		米 じゃが芋 砂糖 油 強化米	鶏肉 がんもどき 竹輪 味付け海苔	大根 人参 こんにゃく 蓮根 いんげん	みかん・菓子
6	火	2月生まれ誕生会 ◆★ 幼児 ハンバーグ 乳児 白パン ハンバーグ カレーライス サンドイッチ いちご		パン スパゲッティ マドレ 片栗粉 サラダ油 砂糖	豚ひき肉 牛ひき肉 チーズ ツナ おから	キャベツ 玉葱 人参 いちご ブロッコリー トマト	ケーキ
7	水	★しょう油ラーメン・ヨーク		中華麺 砂糖 油	卵 豚ひき肉 なんと ヨーク	キャベツ 玉葱 もやし 人参 青梗菜 トマト 葱 干し椎茸	*ツナチーズサンド
8	木	◆ご飯・生揚げのふきよせ コアりんご		米 里芋 油 砂糖 片栗粉 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	メロンパン
9	金	◆ご飯・鮭の西京焼き 大根のそぼろあんかけ・ヨーク		米 砂糖 片栗粉 油 強化米	鮭 ヨーク 鶏ひき肉 竹輪	大根 人参 ほうれん草 椎茸	★*フライドポテト
10	土	◆ひじきご飯・豆腐すまし汁		米 砂糖 油 強化米	鶏肉 豆腐 油揚げ ひじき	人参 こんにゃく ごぼう 小松菜 しめじ えのき グリボース	菓子
13	火	そぼろ丼・味噌汁		米 油 砂糖 強化米	鶏ひき肉 豆腐 卵 油揚げ わかめ かつお節	小松菜 人参 なめこ 生姜	*マカロニきな粉
14	水	◆ご飯・味噌炊き・アヨーグルト		米 里芋 砂糖 油 強化米	ヨーグルト 豚肉 はんぺん 油揚げ	大根 人参 ごぼう こんにゃく いんげん	*クレープ
15	木	お弁当の日 下段*参照 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は入れないでください！			ヨーグルトケーキ
16	金	ご飯・鱈のあんからめ 春雨マドレサラダ・ヨーク		米 春雨 マドレ 油 片栗粉 小麦粉 砂糖 ごま 強化米	鱈 卵 ヨーク	ほうれん草 人参 生姜	★*ジャムサンド
17	土	◆わかめご飯・肉じゃが		米 じゃが芋 油 砂糖 強化米	豚肉 わかめ	玉葱 人参 しらたき しめじ いんげん	菓子
19	月	ご飯・生揚げのハンバーグ・アぶどう		米 砂糖 油 ごま油 強化米	ヨーグルト 生揚げ 卵 豚肉 はんぺん	キャベツ 玉葱 人参 青梗菜 干し椎茸	みかん・菓子
20	火	◆ゆかりご飯・相性汁・ヨーク		米 さつまいも 油 強化米	ヨーク 豆腐 豚肉 ほうれん草	大根 人参 玉葱 こんにゃく しめじ 葱	ロールケーキ
21	水	◆ご飯・かじきのバター醤油焼き 根菜のきんぴら・コアいちご		米 米粉 油 砂糖 片栗粉 バター ごま油 強化米	かじき ヨーグルト 豚肉	人参 ごぼう いんげん 大蒜 生姜	*ハニートースト
22	木	白パン・ソーセイジクリームシチュー ひじきのミルクサラダ		じゃが芋 パン マドレ 米粉 油 砂糖	牛乳 ケチャ ツナ ほうれん草 ひじき	玉葱 人参 ほうれん草 ケチャ ブロッコリー しめじ	*フルーツヨーグルト
24	土	◆ご飯・麻婆豆腐・黄桃缶		米 砂糖 片栗粉 油 強化米 ごま油	豆腐 豚ひき肉 牛ひき肉	玉葱 人参 もも缶 青梗菜 ニラ 葱 干し椎茸	菓子
26	月	ご飯・親子豆腐・ヨーク		米 砂糖 油 強化米	豆腐 卵 鶏肉 はんぺん ヨーク	玉葱 人参 小松菜 葱 干し椎茸	スナックパン
27	火	3月生まれ誕生会 ちらし寿司・豆腐すまし汁・いちご		米 砂糖 マドレ 油 強化米	豆腐 えび 蒲鉾 油揚げ 高野豆腐 でんぶ 海苔 わかめ	人参 いちご トマト 菜花 絹さや えのき 干瓢 干し椎茸	ケーキ
28	水	超熟ロール・カスガイのケチャップ あんかけ ブロッコリーのサラダ		パン じゃが芋 米粉 砂糖 油 片栗粉 ごま	カスガイ	玉葱 ブロッコリー 人参 青梗菜 えのき パプリカ ピーマン 生姜	*チーズ蒸しパン
29	木	カレーうどん・ソファール		うどん 片栗粉	ヨーグルト 卵 豚肉 蒲鉾 油揚げ	玉葱 人参 ほうれん草 葱 干し椎茸	みかん・菓子

3歳以上児 1か月平均	エネルギー						ビタミン				食物繊維 g	食塩相当量 g
	総エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	ナトリウム mg	鉄 mg	A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg		
	585	23.8	19.6	290	635	3.0	277	0.60	0.46	33	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)

★マーク(2日 6日 7日 9日 16日)は、ふじぐみリクエストメニューです。

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。

・4歳未満の子どもにはポップコーンを与えない。

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。

