

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													
			穀類	たんぱく質	脂質	加減	ナトリウム	鉄	ビタミン			食物繊維	食塩相当量									
					mg	mg	A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg	g	g										
1	金	◆菜飯・雷汁	米	里芋	油	強化米	豆腐	鶏肉	蒲鉾	油揚げ	大根	人参	こんにゃく	ごぼう	舞茸	葱	*じゃこトースト					
2	土	◆ご飯・八宝豆腐・パイン缶	米	油	片栗粉	ごま油	強化米	豆腐	豚肉	なると	白菜	玉葱	人参	パイン缶	青梗菜	干し椎茸	菓子					
4	月	◆ご飯・豚肉の生姜汁・コアぶどう	米	砂糖	油	片栗粉	強化米	生揚げ	豚肉	ヨーグルト	キャバツ	もやし	玉葱	人参	青梗菜	エリンギ	オレンジ・菓子					
5	火	お弁当の日 ※参照	食物アレルギー児は除去食材は			お弁当に 入れないで			ください!			バウムクーヘン										
6	水	◆ご飯・鮭の石狩鍋風 白菜の塩昆布和え	米	じゃが芋	油	砂糖	強化米	鮭	豆乳	塩昆布	白菜	ほうれん草	大根	人参	水菜	椎茸	葱	*ホットケーキ				
7	木	超熟ロール・チャプチェ・ヨーク	パン	春雨	砂糖	油	ごま	ごま油	卵	牛肉	ヨー	玉葱	人参	小松菜	ほう	干し椎茸	プチシュー					
8	金	◆幼児・ゆかりご飯・ウイナー・バナ	米	油	強化米			ウイナー			バナナ						*マカロニきな粉					
		◆乳児・ゆかりご飯・ポトフ・ワール	米	油	強化米	じゃが芋		鶏肉	ヨーグルト		ブロッコリー	人参	玉葱	しめじ	キャバツ							
9	土	◆五目ご飯・味噌汁	米	里芋	油	砂糖	強化米	豆腐	鶏肉	油揚げ	わかめ	ごぼう	人参	こんにゃく	舞茸	えのき	菓子					
											グリルド	ス	浅葱	干し椎茸								
11	月	ご飯・親子煮・コアもも	米	砂糖	油	強化米		卵	鶏肉	はんぺん	高野豆腐	玉葱	人参	小松菜	葱	干し椎茸	牛乳パ					
								海苔	ヨーグルト								いちご					
12	火	◆白パン・鱈の香草パン粉焼き ひじきと大豆のサラダ・ヨーク	パン	パン粉	小麦粉	マドレ	油	砂糖	鱈	大豆	ハ	ひじき	粉	ス	ほうれん草	人参	*豆腐入り甘辛だんご					
13	水	食育の日 ふじぐみお楽しみ給食 「食事のマナーII・朝ごはん大好き」 カレーライス・コアりんご	じゃが芋	米	米粉	油	蜂蜜	強化米	豚肉	卵	ヨーグルト	玉葱	人参	ホトトギス	しめじ	りんご果汁	*ジャムサンド					
												グリルド	ス									
14	木	◆イタリアンスパゲッティ さつま芋のバター煮	さつま芋	スパゲッティ	油	砂糖	バター	ウイナー			キャバツ	玉葱	人参	ホトトギス	しめじ	コンピーマ	バナナ・菓子					
15	金	中華おこわ・中華風コーンスープ	米	もち米	砂糖	油	片栗粉	ごま油	豆腐	鶏肉	卵	焼き豚	蟹	蒲鉾	人参	こんにゃく	青梗菜	コン	ク	ム	葱	*ポパイのアップケーキ
									干し貝柱			干し椎茸										
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	加減 mg	ナトリウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g	食塩相当量 g									
		572	23.3	17.4	268	654	2.8	A 264	B1 0.58	B2 0.45	C 34	4.5	1.7									

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、土曜日出席の申請をされていて欠席をされる場合は、必ず連絡を下さい。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。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。(詳しくは2023年度冬期家庭保育協力依頼期間献立表に)

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。