


献立表

日	曜	献立名	主な材料	身体を動かすエネルギー減になる(黄)	血や骨・肉になる(赤)	身体の調子を整えるもの(緑)	おやつ
2	月	◆ご飯・豚肉の生姜ソテー・ヨーグ		米 砂糖 油 片栗粉 強化米	ヨー 生揚げ 豚肉	キャベツ もやし 玉葱 人参 青梗菜 えのき	バナナ・菓子
3	火	8月生まれ誕生会 ◆白パン・がぶ かり・まかにカレー・ルン		パン 油 パン粉 マヨレ マカ 小麦粉	かじき ウイナー	ルン 人参 玉葱 クーロン 胡瓜 パプリカ	ケーキ 
4	水	わかめ炒飯・冬瓜スープ・コアぶどう		米 砂糖 強化米 ごま油	ヨー 卵 豆腐 鶏肉 焼き豚 蟹 蒲鉾 わかめ	冬瓜 玉葱 人参 ピーマン 浅葱 葱 干し椎茸	*トマトのアップ ケーキ
5	木	◆ご飯・味噌だき・ヨーグ		米 里芋 砂糖 油 強化米	ヨー がんもどき 豚肉 はんぺん	大根 人参 ごぼう こんにゃく いんげん	メロンパン
6	金	海鮮あんかけうどん・じゃが芋きんぴら		うどん じゃが芋 片栗粉 油 砂糖 ごま油 ごま	小柱 えび いか なると パコ	白菜 玉葱 人参 ピーマン 椎茸 葱 生姜	*鶏そぼろおにぎり
7	土	◆簡易給食 カレーライス		米	カレー		菓子
9	月	ご飯・炒り豆腐・ヨーグ		米 砂糖 油 強化米	ヨー 豆腐 卵 鶏肉 海苔	玉葱 人参 小松菜 しらたき 葱 干し椎茸	オレンジ・菓子
10	火	◆菜飯・けんちん汁・ヨーグ		米 里芋 油 強化米	ヨー 豆腐 鶏肉 蒲鉾 油揚げ	大根 人参 ごぼう こんにゃく 葱 干し椎茸	*フレンチトースト
11	水	◆大豆入りミートソーススパゲティー コールスローサラダ		スパゲティー マヨレ 米粉 油 砂糖	大豆 豚挽肉 牛挽肉 丸粉 ゴ	キャベツ ホルマツ 玉葱 茄子 人参 胡瓜 しめじ コーン 切りパチ 干し椎茸	*フルーツヨーグ
12	木	◆豚肉の味噌丼・コアりんご		米 砂糖 片栗粉 油 ごま ごま油 強化米	ヨー 豚肉 焼き豆腐	キャベツ 玉葱 人参 パプリカ ピーマン しめじ えのき	*豆腐入り白玉団子
13	金	モーニングロール・鮭のクリーム煮 切干大根の中華和え・ヨーグ		パン じゃが芋 米粉 油 砂糖 ごま油	鮭 ヨー 牛乳 味噌	玉葱 人参 切干大根 コー いんげん 生姜	アイスクリーム・菓子
14	土	◆ご飯・八宝菜・パイン缶		米 ごま油 片栗粉 砂糖 強化米	豚肉 かつ	白菜 玉葱 人参 青梗菜 パイン缶 椎茸 葱 生姜 大蒜	菓子
17	火	◆ゆかりご飯・ひじきとじゃが芋の煮物		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 いんげん	バナナ・菓子
18	水	超熟ロール・中華風五目スープ・さつま芋が ヨーグ		パン さつま芋 マヨレ 春雨 油 片栗粉 ごま油	豆腐 豚肉 卵 チーズ ヨー	玉葱 人参 青梗菜 胡瓜 えのき 葱 干し椎茸	*五平餅
19	木	食育の日「農家の方のお話を聞く 秋が旬の食べ物」 じゃごご飯・鶏肉と根菜の煮物		米 里芋 砂糖 油 ごま 強化米 ごま油	生揚げ 鶏肉 じゃこ 竹輪 かつお節	大根 人参 ごぼう こんにゃく いんげん 刻み昆布 干し椎茸	*ジャムサンド
20	金	ご飯・秋刀魚(乳児鱈)の竜田揚げ 高野豆腐の卵とし・ソファール		米 油 片栗粉 砂糖 強化米	ヨー 秋刀魚(鱈) 卵 高野豆腐	玉葱 人参 三つ葉 生姜	*ホットケーキ
21	土	◆ご飯・回鍋肉・みかん缶		米 砂糖 油 片栗粉 強化米	生揚げ 豚肉	キャベツ 玉葱 もやし 人参 青梗菜 エリンギ	菓子 
24	火	9月生まれ誕生会 冷やし中華・梨		中華麺 砂糖 ごま油	焼き豚	梨 もやし 胡瓜 トマト 人参 コーン	ケーキ
25	水	ご飯・カスライの葱味噌焼き 青梗菜の磯香和え・ヨーグ		米 米粉 砂糖 油 強化米	カスライ ヨー 卵 海苔	青梗菜 人参 えのき 葱 生姜	オレンジ・菓子
26	木	防災食の日◆わかめご飯・コンソメスープ		α化米 春雨		コーン缶	*マカロニきな粉
27	金	◆モーグロール・ポトとコソンのバター煮 ひじきのシキ・サダ・コアもも		じゃが芋 パン マヨレ 油 バター 砂糖	ヨー 卵 バター ひじき	玉葱 人参 コーン 水菜 グリピース	*加ピス蒸しパン
28	土	◆ご飯・ひき肉と豆腐の中華炒め・黄桃缶		米 砂糖 片栗粉 油 ごま油 強化米	豆腐 豚挽肉 牛挽肉	玉葱 人参 桃缶 青梗菜 コー 葱 干し椎茸	菓子
30	月	ご飯・味付け海苔・生揚げの卵とし・ヨーグ		米 砂糖 片栗粉 油 強化米	ヨー 生揚げ 卵 豚肉 味付け海苔	白菜 玉葱 人参 椎茸 いんげん	バナナ・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
	1kcal	たんぱく質 g	脂質 g	加カム mg	ナトリウム mg	鉄 mg	A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg		
	571	22.2	17.9	284	674	3.1	234	0.53	0.44	30	4.3	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。

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!!

★お弁当の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。

さくらんぼは種を外して4つに切ってください。詳しくは4月の給食メモを参照してください。

・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。

