

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							
16	月	ご飯・ひじきとじゃが芋の煮物・コアいちご		じゃが芋 米 砂糖 油 強化米	ヨーグルト 豚肉 はんぺん 高野豆腐 ひじき	玉葱 人参 グリピース	黄桃缶・菓子							
17	火	じゃこご飯・豚肉と大豆の味噌煮・ヨーク		米 砂糖 油 ごま 強化米	ヨーグ 大豆 がんもどき 豚肉 しらす 竹輪	大根 人参 ごぼう こんにゃく いんげん 葱	*マヨトースト							
18	水	ご飯・豆腐とひき肉の中華煮・蓮根マヨサラダ		米 マヨレ 砂糖 油 片栗粉 ごま ごま油 強化米	豆腐 豚ひき肉 卵 肌	玉葱 人参 蓮根 水菜 コ 葱 干し椎茸	メロンパン							
19	木	超熟ロール・鱈のポテトクリーム焼き カリフラワーとりんごのサラダ		パン じゃが芋 米粉 油 砂糖	鱈 牛乳 粉チーズ	カリフラワー りんご 胡瓜 玉葱 クリーム	*フルーツヨーグルト							
20	金	ご飯・相性汁・ソファール		米 さつま芋 油 強化米	ヨーグルト 豆腐 鶏肉 ベーコン スライス 油揚げ	大根 人参 南瓜 こんにゃく ごぼう 葱 干し椎茸	みかん・菓子							
21	土	◆ひじきご飯・すまし汁		米 油 砂糖 片栗粉	豆腐 鶏肉 蒲鉾 油揚げ ひじき	人参 こんにゃく ほうれん草 しめじ グリピース えのき	菓子							
23	月	ご飯・親子煮・ヨーク		米 砂糖 油 強化米	ヨーグ 卵 鶏肉 高野豆腐 焼き海苔	玉葱 人参 小松菜 葱 干し椎茸	バナナ・菓子							
24	火	超熟ロール・フライドチキン・トマトおから コアもも		パン 油 小麦粉 片栗粉 砂糖	ヨーグルト 鶏肉 おから ベーコン 粉チーズ	人参 玉葱 ブロッコリー えのき	*ブルーベリーケーキ							
25	水	コーンクリームスパゲッティー・ヨーク		スパゲッティー 油	ヨーグ 牛乳 ウィナー スライス	キャベツ 玉葱 人参 ほうれん草 クリーム コーン しめじ 大蒜	*りんご煮のサンド							
26	木	◆ゆかりご飯・生揚げの旨煮・		米 里芋 砂糖 油 片栗粉 ごま油 強化米	生揚げ 豚肉 はんぺん	白菜 玉葱 人参 いんげん 干し椎茸	みかん・菓子							
27	金	◆ご飯・かじきの味噌煮・根菜といかの旨煮		米 里芋 砂糖 油 強化米	かじき いか	大根 人参 グリピース 生姜	*ポパイのアップケーキ							
28	土	◆ご飯・炒り鶏・黄桃缶		じゃが芋 米 油 片栗粉 砂糖 強化米	生揚げ 鶏肉	大根 人参 桃缶 玉葱 こんにゃく グリピース 干し椎茸	菓子							
1/4	土	◆イタリアンスパゲッティー・パイン缶		スパゲッティー 油	ツナ	玉葱 人参 ホルトマト パイン缶 コーン いんげん	菓子							
6	月	ご飯・味付け海苔・肉じゃが		じゃが芋 米 油 砂糖 強化米	鶏肉 味付け海苔	玉葱 人参 しらたき しめじ いんげん	みかん・菓子							
3歳以上児 期間中平均	1日あたり - kcal		たんぱく質 g	脂質 g	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	
	562		23.1	17.2	273	638	2.9	A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg	29	4.9	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。

*期間中出席予定を欠席される場合は必ずコドモンでお知らせください。

離乳食児、食物アレルギー児は8時までに、それ以外は9時までに。時間が過ぎた場合は、電話にてご連絡ください。

*ご家庭で激しい下痢・嘔吐がみられましたら、コドモンでお知らせください。

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。カップゼリーは吸い込んで食べるため誤嚥の危険があります。必ずカップから出して入れてください。

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。

*年末年始などいつもより賑やかな食卓では、窒息事故に特にご注意ください！

・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。

