



献立表

日	曜	献立名	主な材料	身体を動かすエネルギー源		血や骨・肉になる(赤)	身体の調子を整えるもの(緑)				おやつ		
				になる(黄)									
1	土	◆菜飯・肉じゃが		じゃが芋 米 油 砂糖 強化米		豚肉	玉葱 人参 しらたき しめじ いんげん				菓子		
3	月	ご飯・五目大豆煮・ヨーク		米 砂糖 油 強化米		ヨーク がんもどき 大豆 鶏肉 はんぺん	大根 人参 こんにゃく グリピース				みかん・菓子		
4	火	幼児 ハンバーグ 乳児 モンゴルロール ハンバーグ カレーパゲッティサラダ・いちご		パン パゲッティ マドレ 片栗粉 オリーブ油 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 コーン				ケーキ		
5	水	ハヤシライス・ソフール		じゃが芋 米 油 強化米		ヨーグルト 牛肉 卵	玉葱 人参 赤ピー しみじ グリピース				スナックパン		
6	木	ご飯・他人煮・ヨーク		米 油 砂糖 強化米		ヨーク 卵 豚肉 高野豆腐 蒲鉾 焼き海苔	玉葱 人参 小松菜 葱 干し椎茸				黄桃缶・菓子		
7	金	ご飯・カラスカレイの物々ごま焼き 蕪の蟹あんかけ		米 パン粉 米粉 マドレ 油 ごま 砂糖 片栗粉 強化米		カラスカレイ 生揚げ 蟹	蕪 人参 三つ葉 生姜				*チーズ蒸しパン		
8	土	◆すき焼き丼・パイン缶		米 油 砂糖 強化米		焼き豆腐 豚肉 かつ	白菜 玉葱 人参 しらたき 小松菜 パイン缶 椎茸 葱				菓子		
10	月	ご飯・ひじきとじゃが芋の煮物 コアりんご		米 じゃが芋 砂糖 油 強化米		ヨーグルト 豚肉 高野豆腐 はんぺん ひじき	玉葱 人参 いんげん				プチシュー		
12	水	チキンライス ベーコンのミルクスープ		米 バター 油 オリーブ油 強化米		牛乳 鶏肉 ベーコン 生揚げ	白菜 玉葱 人参 菜花 グリーン しめじ ピーマン コーン				*おから入り白玉だんご		
13	木	ご飯・豚汁・ヨーク		米 里芋 油 強化米		ヨーク 豆腐 豚肉 油揚げ	大根 人参 ごぼう こんにゃく 葱 干し椎茸				バナナ・菓子		
14	金	白パン・鱈の甘酢あんかけ さつま芋サラダ・コアヨーグルト		さつま芋 パン マドレ 米粉 油 砂糖 油 片栗粉		鱈 ヨーグルト 卵 乳	玉葱 人参 青梗菜 水菜 しめじ 干し椎茸 生姜				*♡クレープ♡		
15	土	◆ゆかりご飯・炒り鶏		米 里芋 油 砂糖 強化米		鶏肉 がんもどき 竹輪	大根 人参 こんにゃく 蓮根 いんげん				菓子		
17	月	ご飯・味付け海苔・生揚げのチャンプル ヨーク		米 砂糖 油 強化米		ヨーク 生揚げ 卵 豚肉 はんぺん 味付け海苔	キャベツ 人参 玉葱 青梗菜 干し椎茸				みかん・菓子		
18	火	お弁当の日 食育の日 「よく噛んで食べよう」		下段★参照		除去食材はお弁当に使用し ないてください！					牛乳ケーキ		
19	水	シーフードクリームスパゲッティ カリフラワーの甘酢和え		スパゲッティ 米粉 油 オリーブ油 砂糖		牛乳 小柱 えび あさり 乳 生揚げ	玉葱 人参 みかん缶 カリフラワー コーン しめじ いんげん				*フルーツヨーグルト		
20	木	モーニングロール・ポトフ・ソフール		じゃが芋 パン 油		ヨーグルト 鶏肉 ウインナー	キャベツ 玉葱 人参 ブロッコリー しめじ				*洋風おにぎり		
21	金	ご飯・鮭の西京焼き 豚肉と根菜の炒り煮・ヨーク		米 里芋 砂糖 油 強化米 ごま油		ヨーク 鮭 豚肉 竹輪	大根 人参 しらたき グリピース				*フライドポテト		
22	土	◆麻婆丼・黄桃缶		米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 強化米		豆腐 豚ひき肉 牛ひき肉	玉葱 人参 桃缶 青梗菜 ニラ 葱 干し椎茸				菓子		
25	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 わかめ 海苔	人参 いちご コーン 菜花 えのき さやえんどう かんぴょう 干し椎茸				ケーキ		
26	水	超熟ロールかじきのカレーあんかけ ブロッコリーの卵ソテー・アぶどう		パン じゃが芋 油 片栗粉 砂糖		ヨーグルト かじき 卵 ベーコン	ブロッコリー 玉葱 人参 えのき コーン				*ひじき入り五平餅		
27	木	白菜と豚肉の煮込みうどん・ヨーク		うどん 油 砂糖		ヨーク 卵 豚肉 竹輪 油揚げ	白菜 玉葱 人参 青梗菜 葱				*バナナ・菓子		
28	金	わかめご飯・生揚げのふき寄せ コアいちご		米 里芋 砂糖 油 片栗粉 強化米		ヨーグルト 生揚げ 豚肉 はんぺん わかめ	白菜 玉葱 人参 椎茸 いんげん				*じゃこトースト		
3歳以上児 1か月均	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	ビタミン				食物繊維 g	食塩相当量 g
	594		24.0	19.2	302	690	3.2	260	0.58	0.47	34	4.2	1.8

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) 赤字はふじぐみリクエスト給食です！
 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。

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。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。

・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。

