



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						
1	土	◆五目御飯・味噌汁		米 油 砂糖 強化米	豆腐 鶏肉 油揚げ 竹輪 わかめ	人参 ごぼう こんにゃく 舞茸 えのき グリピース 浅葱 干し椎茸	菓子						
3	月	ご飯・肉じゃが・ヨーク		じゃが芋 米 砂糖 油 強化米	ヨーク 豚肉	玉葱 人参 しらたき しめじ いんげん	札ジ・菓子						
4	火	お別れ遠足(お弁当) 下段★参照					厚切りバウム						
5	水	超熟ロール・鱈の南蛮漬け ひじきと炒り卵のサラダ・コアりんご		パン 油 米粉 マヨネーズ 砂糖 ごま油	鱈 ヨグルト 卵 丸 びじき	玉葱 人参 ほうれん草 えのき しめじ ピーマン	*さつま芋のガレット						
6	木	イタリアンスパゲッティー・ヨーク		パゲッティー 油	ヨーク ウイナー 卵 チーズ	キャバツ 玉葱 ホルトマト 人参 しめじ ピーマン	メロンパン						
7	金	じゃこ混ぜご飯・回鍋肉		米 砂糖 油 片栗粉 ごま油 強化米	生揚げ 豚肉 じゃこ かつお節	白菜 もやし 玉葱 人参 青梗菜 山豆鼓 葱	*マカロニきな粉						
8	土	◆菜飯・筑前煮		米 里芋 砂糖 油 ごま油 強化米	がんもどき 鶏肉 竹輪	大根 蓮根 人参 こんにゃく グリピース 干し椎茸	菓子						
10	月	モーニングロール・チャプチェ・ソフール		パン 春雨 砂糖 油 ごま ごま油	ヨーグルト 牛肉 卵	玉葱 人参 小松菜 コー 干し椎茸	バナナ・菓子						
11	火	◆ご飯・鮭の石狩鍋風・白菜の昆布和え		米 じゃが芋 米粉 油 砂糖 強化米	鮭 油揚げ 塩昆布	白菜 大根 人参 青梗菜 水菜 椎茸 葱	*ジャムサンド						
12	水	食育の日(ふじぐみお楽しみ給食) 「朝ごはんの大切さ・食事のマナーⅡ」 超熟ロール・コーンクリームシチュー・ヨーク		じゃが芋 パン マカニ 米粉 油	ヨーク 牛乳 豚肉	玉葱 人参 グラムチン ブロッコリー しめじ	*とりそぼろおにぎり						
13	木	ご飯・麻婆豆腐・コアもも		米 砂糖 片栗粉 油 ごま油 強化米	ヨーグルト 豆腐 豚ひき肉 牛ひき肉	玉葱 人参 青梗菜 コー 葱 干し椎茸	プチシュー						
14	金	中華おこわ・中華風コーンスープ		米 もち米 春雨 油 砂糖 片栗粉 ごま油 強化米	豆腐 鶏肉 卵 焼豚 わかめ 干し貝柱	白菜 人参 蒟蒻 コー 葱 干し椎茸	*抹茶ホットケーキ						
15	土	◆そぼろ野菜あんかけうどん・黄桃缶		うどん 油 片栗粉	鶏ひき肉 蒲鉾	玉葱 人参 桃缶 小松菜 コー 干し椎茸	菓子						
3歳以上児 13日間平均		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	
		577	23.9	18.6	283	732	3.2	A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg	4.6	1.9

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おやつです!**

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。

・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。

