



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 塩 砂糖	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		スパゲッティー 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 グリーンピース しめじ	*とりそばろおにぎり			
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	◆そば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 A μg RAE B1 mg B2 mg C mg				食物繊維 g	食塩相当量 g
				577 23.9 18.6 283 732 3.2	262	0.5	0.45	34	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。

