

2025年6月		献		立		表		箱舟保育園						
日	曜	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				
		献立名												
2	月	ご飯・豚肉と根菜の卵とし・ソール		米 砂糖 油 強化米		ヨーグルト 卵 がんもどき 豚肉 蒲鉾		ごぼう 玉葱 人参 しらたき 小松菜		バナナ・菓子				
3	火	6月誕生会 白パン・タンドリーチキン・小柱のオーロラサラダ・メロン		パン マヨネーズ マヨネーズ 蜂蜜 砂糖 油		鶏肉 小柱 ヨーグルト		メロン キウイ 人参 水菜 コーン りんご アボカド		ケーキ				
4	水	じゃこ菜飯・回鍋肉・ヨー		米 砂糖 油 片栗粉 ごま油 強化米		ヨー 生揚げ 豚肉 しらす		キウイ もやし 玉葱 人参 青梗菜 エリンギ		葛餅				
5	木	ポークストロガノフ・コアりんご		米 油 バター 強化米		ヨーグルト 豚肉 生クリーム		玉葱 人参 エリンギ 舞茸 しめじ 椎茸 グリンピース		ヨーグルトケーキ				
6	金	超熟ロール・鱈のクリームソース・ジャーマンポテト		パン じゃが芋 米粉 油		鱈 牛乳 バター スライス		玉葱 人参 ピーマン 青梗菜 しめじ コーン		＊ひじきおにぎり				
7	土	◆野菜あんかけ丼・パイン缶		米 油 片栗粉 砂糖 ごま油 強化米		豚ひき肉 高野豆腐		玉葱 人参 コーン パイン缶 赤ピーラカ ピーマン 椎茸 生姜		菓子				
9	月	ご飯・鶏肉の中華風煮・ヨー		じゃが芋 米 砂糖 片栗粉 油 ごま油 強化米		ヨー 鶏肉		玉葱 茄子 キウイ 人参 しめじ 黄ピーラカ いんげん		牛乳パン				
10	火	モーニングロール・生揚げの卵・胡瓜と蟹蒲鉾のサラダ		パン マヨネーズ 砂糖 油 片栗粉		生揚げ 卵 豚肉 蟹蒲鉾 わかめ		胡瓜 玉葱 人参 エリンギ いんげん		＊バナナケーキ				
11	水	五目御飯・もずく入りかきたま汁 アボどう		米 砂糖 油 片栗粉 強化米		ヨーグルト 豆腐 鶏肉 卵 もずく 油揚げ		ごぼう 人参 こんにゃく 青梗菜 舞茸 グリンピース 干し椎茸		＊じゃが芋の小半焼き				
12	木	ツナの和風スパゲッティー・ヨー		スパゲッティー オリーブ油		ヨー 卵 サウナー 海苔		キウイ 玉葱 人参 スライス コーン しめじ		オレンジ・菓子				
13	金	食育の日Ⅰ「身近な食べもの小麦」 ◆ご飯・鮭の味噌マヨ焼き・ひじきの煮物		米 米粉 砂糖 マヨネーズ 油 ごま油 強化米		鮭 鶏肉 油揚げ ひじき		人参 ごぼう えのき いんげん		＊ジャムサンド				
14	土	◆ご飯・じゃが芋とひき肉の炒め煮・黄桃缶		じゃが芋 米 油 砂糖 強化米		がんもどき 豚ひき肉 竹輪		玉葱 人参 桃缶 こんにゃく いんげん		菓子				
16	月	ご飯・他人煮・ソファール		米 砂糖 油 強化米		ヨーグルト 卵 豚肉 高野豆腐 海苔		玉葱 人参 小松菜 葱 干し椎茸		バナナ・菓子				
17	火	お弁当の日 食育の日Ⅱ「食べものの役割」								アイスcream・菓子				
18	水	肉味噌そうめん・ヨー		冷麦 砂糖 油 片栗粉		ヨー 卵 豚ひき肉 牛ひき肉 はんぺん		玉葱 人参 トマト ピーマン 干し椎茸		＊おから入甘辛だんご				
19	木	超熟ロール・ミナトロール・アいちご		じゃが芋 パン マヨネーズ 油 オリーブ油		ヨーグルト 大豆 豚ひき肉 バター		キウイ 玉葱 ホルモント 人参 切りパセリ 大蒜		＊きなこホットケーキ				
20	金	ご飯・カスライの南蛮漬け 生揚げの卵とし		米 米粉 砂糖 油 片栗粉 ごま油 強化米		カスライ 生揚げ 卵 鶏肉 蒲鉾		玉葱 人参 小松菜 しめじ 赤ピーラカ ピーマン		パイン缶・菓子				
21	土	◆ゆかりご飯・春雨中華炒め		米 春雨 砂糖 油 強化米		豚肉 がんもどき		茄子 玉葱 人参 青梗菜 干し椎茸 葱 大蒜 生姜		菓子				
23	月	ご飯・味付け海苔・雷汁		米 里芋 油 強化米		豆腐 鶏肉 竹輪 油揚げ 味付け海苔		大根 人参 ごぼう こんにゃく 舞茸 浅葱		オレンジ・菓子				
24	火	超熟ワッフル・シーフードチャウダー・ヨー		じゃが芋 パン 米粉 油		ヨー 牛乳 小柱 エビ あさり バター スライス		玉葱 人参 しめじ コーン いんげん		プチシュー				
25	水	麻婆丼・ソファール		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 コーン 葱 干し椎茸		＊ピザトースト				
26	木	◆わかめご飯・肉じゃが		じゃが芋 米 砂糖 油 強化米		豚肉 わかめ		玉葱 人参 しらたき しめじ いんげん		＊いか焼きそば				
27	金	白パン・かじきのトマト煮・南瓜サラダ・ヨー		パン 米粉 マヨネーズ 油 砂糖		カジキ ヨー 卵 卵		南瓜 ホルモント 胡瓜 玉葱 えのき 大蒜		＊フルーツヨーグルト				
28	土	◆ご飯・豚汁・黄桃缶		米 里芋 油 強化米		豆腐 豚肉 油揚げ		大根 人参 桃缶 ごぼう こんにゃく 葱 干し椎茸		菓子				
30	月	ご飯・八宝豆腐・コアヨーグルト		米 片栗粉 油 ごま油 強化米		ヨーグルト 豆腐 豚肉 卵		キウイ 玉葱 人参 青梗菜 椎茸		バナナ・菓子				
3歳以上児 1か月平均		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	
		574		24.6	19.0	290	644	3.1	A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg	4.1	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。

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(コドモン資料室内)を参照ください。

・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。

