



献立表



日	曜	主な材料 献立名	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	
14	月	ご飯・豆腐と野菜のケチャップ煮・ヨー	米 砂糖 片栗粉 油 ごま油 強化米	ヨー 豆腐 豚挽肉	玉葱 人参 茄子 ピーマン 椎茸	すいか・菓子	
15	火	モーニングロール・チャプチェ・ヨーグルト	パン 春雨 砂糖 油 ごま ごま油	ヨーグルト 卵 牛肉	玉葱 人参 小松菜 コウ 干し椎茸	アイスクリーム・菓子	
16	水	◆わかめご飯・炒り鶏	米 さつま芋 砂糖 油 強化米	がんもどき 鶏肉 竹輪 わかめ	大根 人参 こんにゃく グリルピース	＊トマトのカップケーキ	
17	木	超熟オムレツ・ポークビーンズ・ヨー	じゃが芋 パン 油 砂糖 バター	ヨー 大豆 豚肉 ベーコン	玉葱 ほうれん草 人参 グリルピース パセリ	バナナ・菓子	
18	金	◆ご飯・かじきの煮付・冬瓜の葛煮	米 砂糖 油 片栗粉 強化米	かじき 鶏肉 油揚げ	冬瓜 人参 いんげん 生姜	＊お好み焼き	
19	土	◆ご飯・ひき肉と豆腐の中華煮 みかん缶	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 強化米	豆腐 豚挽肉 牛挽肉 はんぺん	みかん缶 玉葱 人参 青梗菜 コウ 葱 干し椎茸	菓子	
22	火	ご飯・味付け海苔・親子煮	米 砂糖 油 強化米	卵 鶏肉 高野豆腐 味付け海苔	玉葱 人参 小松菜 葱 干し椎茸	すいか・菓子	
23	水	超熟ロール・カスライのコンクリム焼き 胡瓜と笹身の中華サラダ・ヨー	パン 米粉 マヨネーズ 油 砂糖 ごま ごま油	カスライ ヨー 鶏ささ身 粉チーズ	キャベツ 胡瓜 人参 クリームソー	＊マカニきな粉	
24	木	チキンピラフ・ミルクスープ・ソファール	米 米粉 油 バター オリーブ油 砂糖 強化米	ヨーグルト 牛乳 鶏肉 ベーコン スモモ	南瓜 玉葱 人参 しめじ えのき コウ ピーマン 浅葱	＊おからドーナッツ	
25	金	鮭と夏野菜のスパゲッティ・ヨーク	スパゲッティ オリーブ油	ヨー 鮭	キャベツ 茄子 人参 玉葱 スライス 赤黄パプリカ コウ	カトパン	
26	土	◆ご飯・ひじきとじゃが芋の煮物・パン缶	じゃが芋 米 油 砂糖 強化米	豚挽肉 はんぺん 高野豆腐 ひじき	玉葱 人参 パイン缶 いんげん	菓子	
28	月	ご飯・生揚げの卵とじ・コアいちご	米 砂糖 油 片栗粉 強化米	ヨーグルト 生揚げ 卵 鶏肉	キャベツ 玉葱 人参 青梗菜	ヨーグルトケーキ	
29	火	白パン・ミートサラダ・ヨー	じゃが芋 パン マヨネーズ 油 砂糖	ヨー 豚肉 卵	人参 玉葱 胡瓜 コウ	＊しらすと紫蘇 おにぎり	
30	水	◆ゆかりご飯・豚汁	米 さつま芋 油 強化米	豆腐 豚肉 油揚げ	大根 人参 ごぼう こんにゃく 葱 干し椎茸	＊ツナドック	
31	木	モーニングロール・クリームチーズ・ソファール	じゃが芋 パン 米粉 油	ヨーグルト 牛乳 鶏肉 スモモ	玉葱 人参 しめじ クリームソー いんげん	すいか・菓子	
8/1	金	ご飯・鰯のカルパッチョ・夏野菜のラタトゥイユ ヨー	米 油 小麦粉 砂糖 強化米	鰯 ヨー ウイナー	南瓜 ほうれん草 玉葱 人参 茄子 スライス パプリカ しめじ 大蒜	＊ブルーベリーケーキ	
2	土	◆ご飯・回鍋肉・黄桃缶	米 砂糖 油 片栗粉 強化米	生揚げ 豚肉	キャベツ 玉葱 人参 青梗菜 もやし エリンギ	菓子	
4	月	◆じゃこご飯・五目大豆煮	米 砂糖 油 ごま油 強化米	がんもどき 大豆 鶏肉 じゃこ はんぺん	大根 人参 こんにゃく グリルピース 葱	すいか・菓子	
5	火	白パン・ポトフのチーズ焼き・ヨー	じゃが芋 パン マヨネーズ マカニ 油	ヨー ウイナー チーズ 卵	玉葱 人参 クリームソー パプリカ いんげん	＊ひじき入り五平餅	
6	水	◆ご飯・かじきの味噌煮・南瓜のそぼろ煮	米 砂糖 油 片栗粉 強化米	かじき 鶏挽肉 油揚げ	南瓜 人参 いんげん 生姜	＊コンチーニースト	
7	木	超熟ロール・サマージュ・アボカド	じゃがいも パン オリーブ油 砂糖	ヨーグルト 豚挽肉 ベーコン	玉葱 キャベツ ほうれん草 茄子 人参 スライス パプリカ ピーマン ほうろき パセリ	バナナ・菓子	
8	金	〇の日 五目きしめん・ヨー	きしめん 砂糖 油	ヨー 鶏肉 卵 蒲鉾 油揚げ	ほうれん草 人参 浅葱 干し椎茸	＊味噌蒸しパン	
9	土	◆わかめご飯・けんちん汁	さつま芋 米 油 強化米	豆腐 鶏肉 竹輪 油揚げ わかめ	大根 人参 ごぼう こんにゃく 葱 干し椎茸	菓子	
12	火	ご飯・豆腐の卵とじ・パイン缶	米 砂糖 油 強化米	豆腐 卵 豚肉 はんぺん	玉葱 人参 小松菜 葱 干し椎茸 パイン缶	＊ラスク	
13	水	ツナクリームパゲティ・ヨーグルト	ツナパゲティ じゃが芋 オリーブ油	ヨーグルト 牛乳 ツナ スモモ	玉葱 人参 クリームソー しめじ いんげん	＊おかかおにぎり	
14	木	お弁当	下段参照★ アレルギー児は除去食材は使用しないでください！				菓子
15	金	お弁当					菓子
16	土	◆ひじきご飯・味噌汁	米 さつま芋 油 砂糖 強化米	ツナ 竹輪 ひじき	人参 玉葱 しめじ グリルピース 浅葱 干し椎茸	菓子	
18	月	ご飯・味付け海苔・豚肉と豆腐の中華煮	米 片栗粉 油 砂糖 ごま油 強化米	豆腐 豚肉 なんと 味付け海苔	キャベツ 玉葱 人参 青梗菜 椎茸 葱	すいか・菓子	
19	火	ご飯・鮭の南部焼 じゃが芋のきんぴら・ソファール	米 じゃが芋 米粉 油 砂糖 ごま ごま油 強化米	ヨーグルト 鮭 昆布	人参 ピーマン	＊ちぢみ	
20	水	超熟ロール・麻婆春雨・ヨー	パン 春雨 砂糖 油 ごま油	ヨー 生揚げ 豚挽肉	茄子 玉葱 人参 小松菜 葱 干し椎茸 大蒜 生姜	＊フルーツヨーグルト	
21	木	大豆入りケチャップライス・じゃが芋のスープ	米 じゃが芋 米粉 油 バター オリーブ油 砂糖 強化米	牛乳 鶏肉 大豆 ベーコン スモモ	玉葱 人参 コウ クリームソー しめじ ピーマン パセリ	牛乳ケーキ	
22	金	食育の日身近な食べもの「大豆」 超熟オムレツ・中華風五目スープ・アリンコ	パン ピーマン 油 片栗粉 ごま油	ヨーグルト 豆腐 豚肉 卵	玉葱 人参 青梗菜 えのき 葱 干し椎茸	＊とうきび 蒸しカサ	
23	土	◆ご飯・すき焼き風煮・みかん缶	米 油 砂糖 強化米	焼き豆腐 豚肉	白菜 玉葱 人参 しらす 椎茸 葱	菓子	
25	月	白パン・豚肉の生姜汁・ヨー	パン 砂糖 油 片栗粉	ヨー 生揚げ 豚肉	キャベツ もやし 玉葱 人参 小松菜 エリンギ	オレンジ・菓子	
26	火	ご飯・根菜の胡麻味噌煮・コアいちご	さつま芋 米 砂糖 油 ごま 強化米	ヨーグルト 豚肉 竹輪 油揚げ	大根 人参 ごぼう こんにゃく いんげ ん	＊豆腐入り白玉団子	
27	水	豚しゃぶサラダうどん・ヨー	うどん 油 砂糖	ヨー 豚肉 卵 蒲鉾 わかめ	玉葱 人参 胡瓜 レタス 浅葱	＊じゃこトースト	

28	木	夏野菜とひき肉のカー・ソール	米 米粉 蜂蜜 油 砂糖 強化米			ヨーグルト 卵 豚挽肉 牛挽肉	南瓜 人参 玉葱 茄子 トマト ズッキー 椎茸 りんご果汁 パプリカ				牛乳パン	
29	金	モーニングロール・カスライのきのこクリームソースマカロニサラダ	じゃが芋 パン マカロニ マドレ 米粉 油			カスライ 牛乳 ハム スライス肉	玉葱 キャベツ クリームソース 人参 胡瓜 舞茸 しめじ えのき いんげん 生姜				すいか・菓子	
30	土	◆菜飯・鶏肉とじゃが芋の炒め煮	じゃが芋 米 油 砂糖 ごま油 強化米			鶏肉 がんもどき	人参 玉葱 しめじ グリルピーズ こんにゃく				菓子	
3歳以上児 8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
							A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg		
							578	24.4	19.4	296	673	3.0

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。

