

2025年12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											
1	月	ゆかりご飯・炒り豆腐・ヨーグ		米 砂糖 油 強化米		ヨグ 豆腐 卵 鶏肉		玉葱 人参 白滝 小松菜 しめじ 葱 干し椎茸			ロールケーキ		
2	火	12月誕生会 白パン・ミートローフ・南瓜のサラダ・いちご		じゃが芋 パン マヨネ 片栗粉 油 砂糖		豚挽肉 牛挽肉 ツナ おから		南瓜 玉葱 いちご 人参 胡瓜 大根			ケーキ 		
3	水	ごはん・鰯の照焼き・蕪とがんものそぼろ煮 コアりんご		米 米粉 砂糖 片栗粉 強化米		鰯 ヨグ がんもどき 鶏挽肉		蕪 人参 三つ葉 生姜			*フレンチトースト		
4	木	超熟ロール・マカロニクリームシチュー ヨーグ		じゃが芋 パン マヨ 米粉 油		ヨグ 牛乳 ユーザー スkim milk		玉葱 人参 クリームチーズ ブロッコリー しめじ			みかん・菓子		
5	金	カレーうどん・さつま芋のレモン煮		うどん さつま芋 米粉 油 砂糖 蜂蜜		卵 豚肉 蒲鉾 油揚げ		玉葱 人参 ほうれん草 えのき 葱 レモン果汁			*かぼちゃ風おにぎり		
6	土	◆ご飯・白菜の旨煮・黄桃缶		米 里芋 片栗粉 砂糖 油 強化米		焼き豆腐 豚肉 はんぺん		白菜 玉葱 人参 いんげん 干し椎茸			菓子		
8	月	モーニングロール・ポークチャップ ソーフル		パン 砂糖 油		ヨグ 豚肉 生揚げ		キャベツ 玉葱 人参 小松菜 エリンギ ピーマン			みかん・菓子		
9	火	ご飯・麻婆豆腐・ヨーグ		米 砂糖 片栗粉 油 ごま油 強化米		豆腐 ヨグ 豚挽肉 牛挽肉		玉葱 人参 青梗菜 大根 葱 干し椎茸			メロンパン		
10	水	超熟ロール・かじきのムニエル ひじきと炒り卵のサラダ		パン 米粉 マヨネ バター 砂糖 油		かじき 卵 大根 ひじき		人参 ほうれん草 生姜			*お好み焼き		
11	木	お弁当の日 食育の日「冬が旬の食べ物」		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！								牛乳ケーキ	
12	金	中華おこわ・中華風コンスープ・コアぶどう		米 もち米 砂糖 油 片栗粉 ごま油		ヨグ 豆腐 鶏肉 卵 焼豚 干し貝柱		人参 白菜 こんにゃく ヨーグ 浅葱 葱 干し椎茸			*芋もち		
13	土	ツナとトマトのスパゲティー・パイン缶		スパゲティー 油		ツナ		キャベツ 人参 ホルトマト 玉葱 パイン缶 ピーマン			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
								A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg		
		574	24.3	19.8	294	679	3.1	282	0.46	0.48	35	4.6	1.7

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。