



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
7	水	超熟ロール・中華風五目スープ キャバツとりんごのサラダ		パン 春雨 油 片栗粉 砂糖 ごま油	豆腐 豚肉 卵 わかめ	キャバツ 玉葱 人参 青梗菜 りんご 水菜 えのき 葱 干し椎茸	*チーズ おかかおにぎり
8	木	ご飯・さつま芋の甘辛煮・アボご		さつま芋 米 片栗粉 砂糖 油 ごま油 強化米	ヨーグルト 生揚げ 豚肉	玉葱 人参 こんにゃく いんげん 干し椎茸	*マカヒキな粉
9	金	白パン・カスライのオーロ焼き ほうれん草汁・ヨー		パン 米粉 マヨレ 油 砂糖	カスライ ヨーク 卵 鶏挽肉 粉チーズ	キャバツ ほうれん草 玉葱 人参 生姜	*白玉ぜんざい
10	土	◆豚肉の味噌汁・パン缶		米 砂糖 油 片栗粉 ごま油 強化米	生揚げ 豚肉	キャバツ 玉葱 人参 青梗菜 パイン 缶 しめじ えのき	菓子 
13	火	1月誕生会 カレー・焼きコロッケ・切干大根のサラダ・いちご		じゃが芋 米 油 パン粉 小麦粉 砂糖 強化米	鶏肉 豚挽肉 牛挽肉	いちご 玉葱 人参 水菜 コーン 切干大根 パプリカ ピーマン 干し椎茸	ケーキ
14	水	超熟刀切パン・ビーフカレー・ロール		パン ビーフ 砂糖 油 ごま油	ヨーグルト 豚肉	玉葱 人参 青梗菜 コーン いんげん 干し椎茸	*焼き芋
15	木	鶏肉の照り焼き丼・なめこ味噌汁・ヨー		米 油 砂糖 片栗粉 強化米	ヨー 鶏肉 卵 豆腐 わかめ 海苔	もやし 大根 小松菜 人参 なめこ 生姜	*加ヒス蒸しパン
16	金	モーニングロール・鮭のクリーム煮・コアりんご		じゃが芋 パン 米粉 油	鮭 ヨーグルト 牛乳 バター スライス	玉葱 人参 ほうれん草 舞茸 コーン 生姜	みかん・菓子
17	土	◆ご飯・筑前煮・黄桃缶 		米 里芋 油 砂糖 ごま油 強化米	がんもどき 鶏肉 竹輪	大根 人参 桃缶 ごぼう こんにゃく グリンピース 干し椎茸	菓子
19	月	ご飯・味付け海苔・親子豆腐・ヨー		米 砂糖 油 強化米	ヨー 豆腐 卵 鶏肉 はんぺん 海苔	玉葱 人参 小松菜 葱 干し椎茸	バナナ・菓子
20	火	超熟ロール・豚肉の生姜汁・アヨーグルト		パン 砂糖 油 片栗粉	ヨーグルト 豚肉 生揚げ	キャバツ もやし 玉葱 人参 青梗菜 豆腐	*ひじき五平餅
21	水	五目あんかけうどん・カレーの和風風味和え		うどん さつま芋 マヨレ 片栗粉 油 砂糖	豚肉 あさり 卵 蒲鉾 油揚げ	白菜 カブ 人参 玉葱 水菜 葱	スナックパン
22	木	モーニングロール・ポークカレー・ヨー		じゃが芋 パン 揚げ油	ヨー 豚肉	玉葱 人参 ブロッコリー ホルモ しめじ	みかん・菓子
23	金	食育の日「伝統的な食文化に親しむ」 ご飯・かじきの葱味噌焼き・高野豆腐の卵とじ		米 米粉 砂糖 油 片栗粉 強化米	かじき 卵 鶏挽肉 高野豆腐	玉葱 人参 三つ葉 葱 生姜	*ジャムサンド
24	土	◆ゆかりご飯・八宝菜		米 油 片栗粉 ごま油 強化米	焼き豆腐 豚肉 なた	白菜 玉葱 人参 青梗菜 葱 椎茸 生姜 大根	菓子
26	月	しらす菜飯・鶏肉と根菜の煮物・アいちご		米 里芋 砂糖 油 強化米	ヨーグルト がんもどき 鶏肉 じゃこ 竹輪	大根 人参 こんにゃく ごぼう 蓮根 いんげん	バウムクーヘン
27	火	白パン・ポークソース・白菜のコールスロー		じゃが芋 パン 油 砂糖 バター	大豆 豚肉 サバ缶	玉葱 白菜 人参 ホルモ コーン 胡瓜 グリンピース パセリ	*フルーツヨーグルト
28	水	ソーゼージとキャバツのクリームパイ・ヨー		パイ生地 油	ヨー 牛乳 ウィナー スライス	キャバツ 玉葱 人参 ほうれん草 コーン しめじ	*ジャポポトのピザトースト
29	木	超熟ロール・生揚げのチャンプル・ロール		パン 砂糖 油	ヨーグルト 生揚げ 卵 豚肉 はんぺん	玉葱 人参 青梗菜 干し椎茸	みかん・菓子
30	金	◆ご飯・鱈の和風あんかけ・おからの炒り煮		米 米粉 砂糖 油 片栗粉 強化米	鱈 おから 鶏挽肉 ひじき	人参 玉葱 蓮根 青梗菜 しらた き 舞茸 えのき 葱 生姜	*抹茶と豆乳のホットケーキ
31	土	◆ご飯・麻婆春雨・みかん缶		米 春雨 油 砂糖 ごま油 強化米	生揚げ 豚挽肉 牛挽肉	みかん缶 茄子 玉葱 人参 小松菜 コー 大根 生姜 干し椎茸	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				食物繊維 g	食塩相当量 g
							A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg		
	577	24.3	19.1	300	660	3.2	270	0.48	0.45	36	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。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。