

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					
15	月	菜飯・筑前煮・ヨーグルト	米 里芋 砂糖 油 ごま油 強化米	ヨーグルト がんもどき 鶏肉 竹輪	大根 人参 こんにゃく ごぼう 蓮根 グリッペース 干し椎茸	みかん・菓子						
16	火	超熟ワカツチャ・生揚げの卵ソテー・ソーフル	パン 砂糖 油 片栗粉	ヨーグルト 生揚げ 卵 豚肉	玉葱 カバッタ 人参 椎茸 いんげん	*おはぎ						
17	水	◆ご飯・ひじきとじゃが芋の煮物・カリフラーの甘酢和え	じゃが芋 米 砂糖 油 強化米	豚肉 高野豆腐 仏 ひじき	玉葱 人参 カリフラー 水菜 グリッペース	*じゃこトースト						
18	木	醤油ラーメン・ヨーグルト	中華麺 砂糖 油 ごま油	ヨーグルト 豚挽肉 卵 なると	キバッタ もやし 玉葱 人参 コーン ニラ 葱 干し椎茸	ブシュー						
19	金	モーニング ロール・鮭のカレーパン煮 マカロニと野菜のサラダ	じゃが芋 パン マカロニ 米粉 マヨネーズ 油	鮭 牛乳 バーコン スキムミルク	人参 玉葱 カバッタ コーン ブロッコリー いんげん 生姜	*フルーツヨーグルト						
20	土	◆ご飯・春雨と野菜の炒め物・みかん缶	米 春雨 砂糖 油 強化米	鶏肉 生揚げ	みかん缶 玉葱 人参 茄子 青梗 菜 干し椎茸 大蒜 生姜	菓子						
22	月	超熟ロール・冬野菜のシチュー・コアいちご	パン 米粉 油	ヨーグルト 牛乳 鶏肉 スキムミルク	白菜 南瓜 玉葱 人参 蕎麦 蓼根 小松菜 コーン ブリーフ	ヨーグルトケーキ						
23	火	肉味噌スパゲティー・ヨーグルト	スパゲティー 砂糖 油 ごま油	ヨーグルト 豚挽肉 卵 大豆 はんぺん	玉葱 人参 えのき 葱 グリッペース	*さつま芋のガレット						
24	水	チキンピラフ・大根と卵のスープ	米 油 バター ごま 強化米	豆腐 鶏肉 蟹蒲鉾 わかめ	人参 玉葱 大根 コーン しめじ 水 菜 ピーマン	みかん・菓子						
25	木	白パン・フライドチキン・トマトおから・ソーフル	パン 小麦粉 油 片栗粉 砂糖	ヨーグルト 鶏肉 おから バーコン チーズ	人参 玉葱 えのき ブロッコリー 大蒜 生姜	*ブルーベリーケーキ						
26	金	◆ご飯・鮭の香味焼き・根菜とイカの旨煮	米 里芋 米粉 砂糖 油 強化米	鮭 いか 油揚げ	大根 人参 グリッペース 葱 生姜 大蒜	*ちぢみ						
27	土	◆わかめご飯・肉じゃが	じゃが芋 米 砂糖 強化 米	豚肉 わかめ	玉葱 人参 しらたき しめじ いんげん	菓子						
1/5	月	◆カレーライス・パイン缶	じゃが芋 米 米粉 油 蜂蜜 強化米	ツナ	玉葱 人参 パイン ホールトマト しめじ りんご果汁 グリッペース	みかん・菓子						
6	火	◆ひじきご飯・すまし汁	米 砂糖 油 片栗粉 強化 米	豆腐 大豆 鶏肉 蟹蒲鉾 ひじき 油揚げ	人参 小松菜 こんにゃく えのき グリッペース	*コーンマヨトースト						
3歳以上児 12月平均	エネルギー kcal g	たんぱく質 g	脂質 g	カリウム mg	ナトリウム mg	鉄 mg	ビタミン	食物繊維 g	食塩相当量 g			
							Aug RAE	B1 mg	B2 mg	C mg		
	578	24.5	20.0	296	671	3.1	293	0.46	0.47	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事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。

