

2025年冬期家庭保育協力依頼期間						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													
15	月	菜飯・筑前煮・ヨク				米 里芋 砂糖 油 ごま油 強化米		ヨク がんもどき 鶏肉 竹輪		大根 人参 こんにゃく ごぼう 蓮根 グリピース 干し椎茸		みかん・菓子			
16	火	超熟わかず・生揚げの卵ソテー・ソファール				パン 砂糖 油 片栗粉		ヨーグルト 生揚げ 卵 豚肉		玉葱 キャベツ 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・かき揚げの甘酢和え				じゃが芋 米 砂糖 油 強化米		豚肉 高野豆腐 こんにゃく ひじき		玉葱 人参 かき揚げ 水菜 グリピース		*じゃこトースト			
18	木	醤油ラーメン・ヨク				中華麺 砂糖 油 ごま油		ヨク 豚挽肉 卵 なんと		キャベツ もやし 玉葱 人参 コーン 葱 干し椎茸		プチシュー			
19	金	モーニングロール・鱈のかいクリーム煮 マカロニと野菜のサラダ				じゃが芋 パン マカロニ 米粉 マカロニ 油		鱈 牛乳 ベーコン スキムミルク		人参 玉葱 キャベツ 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 蕪 蓮根 小松菜 コーン クリーム		ヨーグルトケーキ			
23	火	肉味噌スパゲティー・ヨーク				スパゲティー 砂糖 油 ごま油		ヨク 豚挽肉 卵 大豆 はんぺん		玉葱 人参 えのき 葱 グリピース		*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・ソファール				パン 小麦粉 油 片栗粉 砂糖		ヨーグルト 鶏肉 おから ベーコン 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 グリピース 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 ホルトマト しめじ りんご果汁 グリピース		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 グリピース		*コーンマヨトースト			
3歳以上児 12月平均		エネルギー kcal		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
		578		24.5		20.0	296	671	3.1	Aμg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg	4.6	1.7
										293	0.46	0.47	35		

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・最近家でのご飯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。