



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						
2	月	ご飯・味付け海苔・けんちん汁・ヨーク		米 里芋 油 強化米	ヨーク 豆腐 鶏肉 蒲鉾 油揚げ 味付け海苔	大根 人参 ごぼう こんにゃく 葱 干し椎茸	スナックパン						
3	火	お別れ遠足		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!			バウムクーヘン						
4	水	超熟ロール・鱈の香草パン粉焼き キャベツの卵ノテー・コアヨーグルト		パン粉 小麦粉 砂糖	鱈 ヨーグルト 卵 豚挽肉 チーズ	キャベツ 人参 玉葱 椎茸 いんげん	*おはぎ						
5	木	イタリアンスパゲッティ・ヨーク		スパゲティ 油	ヨーク ウイカー 卵	キャベツ 玉葱 ホルトマト 人参 トマト ピーマン しめじ	バナナ・菓子						
6	金	◆ご飯・さつま芋の甘辛煮 ひじきのミルキーサラダ		さつま芋 米 マドレ 砂糖 片栗粉 油 ごま油 強化米	生揚げ 豚肉 ツ びじき	玉葱 人参 こんにゃく ほうれん草 いんげん 干し椎茸	*ラスク						
7	土	◆ゆかりご飯・白菜の旨煮		米 里芋 油 片栗粉 砂糖 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						
9	月	ご飯・麻婆豆腐・ソファール		米 砂糖 片栗粉 油 ごま油 強化米	ヨーグルト 豆腐 豚挽肉 牛挽肉	玉葱 人参 青梗菜 コ 葱 干し椎茸	牛乳ケーキ						
10	火	白パン・鮭の石狩鍋風・こぶき芋		じゃが芋 パン 米粉 油 砂糖	鮭 豆乳 油揚げ 青海苔	白菜 大根 人参 ほうれん草 椎茸 葱	*洋風おにぎり						
11	水	チャンポン風ラーメン・ヨーク		中華麺 油 ごま油	ヨーク 卵 豚肉 えび あさり はんぺん	キャベツ もやし 玉葱 人参 青梗菜 葱	オレンジ・菓子						
12	木	食育の日 「朝ごはんの大切さ ・食事のマナーⅡ」 ★モーニングロール・クリームシチュー コアいちご		じゃが芋 パン 米粉 油	ヨーグルト 牛乳 鶏肉 生揚げ	玉葱 人参 グルメーン ブロッコリー しめじ	*マカロニきな粉						
13	金	中華おこわ・中華風コーンスープ		米 もち米 油 砂糖 片栗粉 ごま油	豆腐 鶏肉 卵 焼豚 蟹味噌 干し貝柱	人参 こんにゃく 小松菜 トマト 葱 干し椎茸	*鬼まんじゅう						
14	土	ツナと野菜のあんかけうどん・みかん缶		うどん 油 片栗粉	ツナ	みかん 玉葱 人参 青梗菜 干し椎茸 トマト	菓子						
3歳以上児 3月平均	E kcal		たんぱく質 g	脂質 g	加減 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	24.4	19.1	291	668	3.2	A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg	4.7	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) ★ふじぐみお楽しみ給食 黄色マーカーはふじぐみリクエストメニュー
 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。



2月人気おやつ

バナナ・ジャム入りクレープ♥



アルプス ケーキ

ひじき入りそぼろおにぎり

