

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			
					A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg				
1 月	ご飯・豚肉の中華風煮・コアりんご		米 じゃが芋 砂糖 片栗粉 油 ごま油 強化米	ヨーグルト 豚肉 がんもどき	キャベツ 玉葱 人参 茄子 パプリカ いんげん 椎茸				オレンジ・菓子			
2 火	6月誕生会 白パン・タンドリーチキン 小柱のオーロラサラダ・メロン		パン マドレ マカヒ 蜂蜜 砂糖 油	鶏肉 小柱 ヨーグルト	カブ キャベツ 人参 コーン 水菜 りんごジャム				りんごゼリー・菓子			
3 水	五目御飯・もずく入りかきたま汁・ヨーク		米 砂糖 油 片栗粉 強化米	ヨーグルト 豆腐 鶏肉 卵 もずく 油揚げ	人参 ごぼう こんにゃく 青梗菜 舞茸 グリルピース 干し椎茸				*マヨトースト			
4 木	ビーフストロガノフ・コアヨーグルト		米 油 バター 強化米	牛肉 卵 生クリーム	玉葱 人参 じゃがいも 舞茸 しめじ 椎茸 グリルピース				プチシュー			
5 金	超熟オイル・鱈のクリーム煮・じゃが芋のソテー		じゃが芋 パン 米粉 油 砂糖	鱈 牛乳 ウイナー スキムミルク	キャベツ 玉葱 人参 ブロッコリー ピーマン 生姜				*人参と塩昆布のおにぎり			
6 土	◆豚挽肉と野菜のあんかけ丼・パイン缶		米 油 片栗粉 砂糖 強化米 ごま油	豚挽肉 高野豆腐	玉葱 人参 コーン パイン缶 パプリカ ピーマン 椎茸 しめじ				菓子			
8 月	◆ご飯・味付け海苔・雷汁		米 里芋 油 強化米	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 舞茸 浅葱				バナナ・菓子			
9 火	ご飯・生揚げの卵汁・胡瓜のツナサラダ		米 油 砂糖 片栗粉 強化米	生揚げ 卵 豚肉 ツナ マカヒ	胡瓜 白菜 玉葱 人参 しめじ いんげん				*トマトのカップケーキ			
10 水	肉味噌うどん・ヨーク		うどん 砂糖 片栗粉 油	ヨーグルト 豚挽肉 卵	もやし 玉葱 人参 ピーマン 干し椎茸				*くずもち			
11 木	超熟オイル・ミートサラダ・ソファールいちご		じゃが芋 パン マドレ 油 砂糖	ヨーグルト スキムミルク 豚肉 卵	人参 玉葱 コーン ブロッコリー				黄桃缶・菓子			
12 金	🍷🍷🍷 超熟オイル・鮭の南蛮漬 ひじきと大豆の煮物・ヨーク		米 米粉 油 砂糖 強化米 ごま油	鮭 ヨーグルト 大豆 油揚げ ひじき	人参 玉葱 胡瓜 えのき グリルピース				*フレンチトースト			
13 土	◆ご飯・じゃが芋の炒り煮・みかん缶		じゃが芋 米 油 砂糖 強化米 ごま油	豚肉 竹輪	みかん缶 玉葱 人参 しめじ いんげん				菓子			
15 月	ご飯・他人煮・コアぶどう		米 砂糖 油 強化米	ヨーグルト 卵 豚肉 高野豆腐 はんぺん 海苔	玉葱 人参 小松菜 葱 干し椎茸				メロンパン			
16 火	🎵 お弁当の日	乳児クラスはおにぎりの海苔は全体に巻かないようにしてください。湿気ると噛みちぎるのが大変です。🍷							アイスクリーム・菓子			
17 水	超熟オイル・クラムチャウダー・ヨーク		じゃが芋 パン マカヒ 米粉 油	ヨーグルト 牛乳 あさり パン スキムミルク	玉葱 人参 コーン しめじ グリルピース				*焼きそば			
18 木	麻婆丼・ソファール		米 砂糖 片栗粉 油 強化米 ごま油	ヨーグルト 豆腐 豚挽肉 牛挽肉	玉葱 人参 青梗菜 コーン 葱 干し椎茸				オレンジ・菓子			
19 金	白パン・カジキのトマト煮・南瓜サラダ		パン マドレ 米粉 油 砂糖	かじき 卵 チーズ	南瓜 ホルモト 玉葱 胡瓜 えのき				*フルーツヨーグルト			
20 土	◆ご飯・豚汁・黄桃缶		米 里芋 油 強化米	豆腐 豚肉 油揚げ	大根 人参 もも缶 ごぼう こんにゃく 葱 干し椎茸				菓子			
22 月	◆わかめご飯・豚肉の生姜炒め		米 砂糖 油 片栗粉 強化米	生揚げ 豚肉 わかめ	キャベツ 玉葱 人参 小松菜 じゃがいも 生姜				バナナ・菓子			
23 火	コーン醤油ラーメン・ヨーク		中華麺 砂糖 油 強化米 ごま油	ヨーグルト 卵 豚肉 かつ	もやし 玉葱 人参 青梗菜 コーン 葱 干し椎茸				*ジャムサンド			
24 水	超熟オイル・ミネストローネ・コアいちご		パン じゃが芋 油	ヨーグルト 豚挽肉 パン	キャベツ ホルモト 玉葱 人参 トマトジュース スティック いんげん 切りパセリ 大蒜				*ちぢみ			
25 木	ねぎじゃこご飯・五目大豆煮		米 砂糖 油 強化米 ごま油 ごま	がんもどき 大豆 鶏肉 しらす はんぺん	大根 人参 こんにゃく グリルピース 葱				ヨーグルトケーキ			
26 金	🍷🍷🍷 モーニングホール・カラスカレイのチーズ焼き 切干大根のコンソメ煮・ヨーク		パン 米粉 マドレ 油 強化米 砂糖	カラスカレイ ヨーグルト チーズ パン	人参 玉葱 切干大根 いんげん コーン 生姜				*おはぎ			
27 土	◆ひじきご飯・南瓜の白味噌汁		米 里芋 油 強化米 砂糖	鶏肉 豆腐 竹輪 油揚げ ひじき	人参 こんにゃく グリルピース 浅葱 えのき				菓子			
29 月	ゆかりご飯・八宝豆腐・ソファール		米 片栗粉 油 強化米 ごま油	ヨーグルト 豆腐 豚肉 かつ	キャベツ 玉葱 人参 ほうれん草 しめじ 葱				オレンジ・菓子			
30 火	超熟オイル・ポテトとコーンのバター煮・ヨーク		じゃが芋 パン 油 バター	ヨーグルト ツナ ウイナー	玉葱 人参 コーン グリルピース				*黒糖蒸しパン			
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
	571	24.1	19.1	295	664	3.3	A μg RAE	B1 mg	B2 mg	C mg	4.2	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。

🍷🍷🍷 食育の日 12日「食べ物の役割」 16日「身近な食べ物 卵」

🍷🍷🍷 お味見隊 給食メモ参照

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歳未満の子どもの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。

