

5月

令和6年5月

献立表

認定こども園八幡こぼと園

日	曜	午前おやつ (未満児)	主食	昼食	午後おやつ
1	水	ウエハース 牛乳	ご飯	鶏肉のバーベキューソース きんぴら オレンジ 麦茶	★人参蒸しパン (以)牛乳(未)麦茶
2	木	パイ菓子 牛乳	ご飯	カツオと大豆のごまみそがらめ わかめスープ バナナ 麦茶	チーズパン (以)牛乳(未)麦茶
3	金			憲法記念日	
4	土			みどりの日	
5	日			こどもの日	
6	月			振替休日	
7	火	塩せんべい 牛乳	ご飯	たらの磯辺焼き トマト さつまいもとひじきの煮物 グレープフルーツ 麦茶	★りんごとヨーグルトのケーキ (以)牛乳(未)麦茶
8	水	甘辛せんべい 麦茶	ベーグル	シチュー ごまっこりー オレンジ 麦茶	★和風さつまいもご飯 麦茶
9	木	カルシウムせんべい 麦茶	ご飯	カジキの味噌マヨ焼き 中華風春雨サラダ バナナ 麦茶	★ボンデ黒ゴマ (以)牛乳(未)麦茶
10	金	クラッカー 牛乳	ご飯	サーモンのグリーンソース焼き 切干大根炒め グレープフルーツ 麦茶	カステラ (以)牛乳(未)麦茶
11	土	ウエハース 牛乳	ご飯	ちゃんちゃん丼 ほうれん草と花麩のすまし汁 グレープフルーツ 麦茶	豆乳飲料 塩せんべい ビスケット
12	日				
13	月	ビスケット 牛乳	ご飯	コーンフレークチキン トマト 長芋ソテー バナナ 麦茶	★さつまいもスティック (以)牛乳(未)麦茶
14	火	りんごジュース	たけのご飯	さわらの西京焼き ツナ和え ほうれん草と花麩のすまし汁 いちご 麦茶	米粉のももタルト (以)牛乳(未)麦茶
15	水	クラッカー 牛乳	うどん(かぶおろし)	肉のしょうが焼き のり和え グレープフルーツ 麦茶	★ブラウニー (以)牛乳(未)麦茶
16	木	パイ菓子 牛乳	ロールパン	洋風オムレツ マッシュポテト ミネストローネ オレンジ 麦茶	★鮭ご飯 麦茶
17	金	のりせんべい 牛乳	ご飯	カレイのピカタ かぼちゃのバター蒸し 野菜の胡麻和え バナナ 麦茶	ヨーグルト ビスケット 麦茶
18	土	塩せんべい 牛乳	ご飯	親子丼 わかめとさといもの味噌汁 オレンジ 麦茶	野菜ジュース クラッカー パイ菓子
19	日				
20	月	甘辛せんべい 牛乳	ご飯	お好み焼き風卵焼き トマト 中華サラダ オレンジ 麦茶	★チーズ蒸しパン (以)牛乳(未)麦茶
21	火	ウエハース 麦茶	食パン	厚揚げのミートソース煮 なすのスパゲティ バナナ 牛乳	★ツナとなめたけのご飯 麦茶
22	水	カルシウムせんべい 麦茶	ご飯	マグロカツ のり酢和え グレープフルーツ 麦茶	あんぱん (以)牛乳(未)麦茶
23	木	のりせんべい 牛乳	ご飯	チキンカレー もやしの変わり漬け オレンジ 麦茶	★開口笑 (以)牛乳(未)麦茶
24	金	クラッカー 牛乳	うどん(なめこ)	和風オムレツ すき昆布煮 バナナ 麦茶	米粉のプリンタルト (以)牛乳(未)麦茶
25	土	カルシウムせんべい 麦茶	ご飯	中華丼 なめこ豆腐の味噌汁 グレープフルーツ 麦茶	ぶどうジュース のりせんべい パイ菓子
26	日				
27	月	ビスケット 牛乳	ご飯	カレイのムニエル トマト 豆腐チャンプルー オレンジ 麦茶	★フライドポテト (以)牛乳(未)麦茶
28	火	塩せんべい 牛乳	ご飯	マーボー豆腐 野菜炒め バナナ 麦茶	★かぼちゃとチーズのホットケー キ (以)牛乳
29	水	ミルクココア	ご飯	たらのパン粉焼き うまっこりー 春雨スープ グレープフルーツ 麦茶	レーズンパン (以)牛乳(未)麦茶
30	木	甘辛せんべい 牛乳	納豆ごはん	トマト肉じゃが さつまいもとほうれん草の味噌汁 オレンジ 麦茶	★ジャージャー麺 (以)牛乳(未)麦茶
31	金	パイ菓子 牛乳	ご飯	サーモンの塩焼き トマト 和風ひじきサラダ バナナ 麦茶	ヨーグルト クラッカー 麦茶

## ♪お知らせ♪

- ・★印のメニューは、手作りおやつです
- ・5月14日(火) お誕生会

※都合により献立を変更する場合があります。

## 今月の旬の食材

カツオ いちご キャベツ たけのこ アスパラガス

## 【今月の平均栄養給与量】

栄養成分	未満児	以上児
エネルギー(kcal)	500	596
たんぱく質(g)	19.8	24.4
脂質(g)	14.1	17.2
食塩相当量(g)	1.4	1.7

## 今月の食育活動

・手洗い実験(ひまわり組)