

5月

令和7年5月

献立表

八幡こばと園

日	曜	午前おやつ (未満児)	主 食	昼 食	午後おやつ
1	木	ビスケット 牛乳	ごはん	マカロニグラタン 野菜としらすのサラダ グレープフルーツ 麦茶	★マーブルホットケーキ (以)牛乳(未)麦茶
2	金	塩せんべい 牛乳	ごはん	厚揚げのカレー煮 きゅうりの梅肉和え さつまいもとねぎのみそ汁 パナナ 麦茶	ヨーグルト ウエハース 麦茶
3	土			憲法記念日	
4	日			みどりの日	
5	月			こどもの日	
6	火			振替休日	
7	水	パイ菓子 牛乳	ごはん	サーモンのバター醤油焼き さつまいもとひじきの煮物 オレンジ 麦茶	★セサミスコーン (以)牛乳(未)麦茶
8	木	青のりせんべい 牛乳	ごはん	鶏肉のレモンソース キャベツの海苔酢和え パナナ 麦茶	★なすのミートスパゲッティ (以)牛乳(未)麦茶
9	金	ウエハース 牛乳	ごはん	きのこの和風オムレツ 大根と人参の紅白煮 かぼちゃ醤油 グレープフルーツ 麦茶	未満児:米粉のプリンタルト 麦茶 以上児:キャラメルパン 牛乳
10	土	カルシウムせんべい 麦茶	ごはん	ちゃんちゃん丼 里芋とほうれん草のすまし汁 オレンジ 麦茶	野菜ジュース 塩せんべい ビスケット
11	日				
12	月	クラッカー 牛乳	ごはん	たらのピザ焼き じゃが芋の洋風ソテー パナナ 麦茶	★お好み焼き (以)牛乳(未)麦茶
13	火	甘辛せんべい 牛乳	ごはん	豚肉となすの生姜炒め かぼちゃのそぼろ煮 グレープフルーツ 麦茶	★人参蒸しパン (以)牛乳(未)麦茶
14	水	ビスケット 麦茶	食パン	ほうれん草とベーコンのキッシュ ツナスパゲッティ かぼちゃポタージュ オレンジ 麦茶	★和風さつまいもごはん 麦茶
15	木	塩せんべい 牛乳	ごはん	チキンとひよこ豆のカレー もやしの変わり漬け グレープフルーツ 麦茶	★かぼちゃドーナツ (以)牛乳(未)麦茶
16	金	パイ菓子 牛乳	鶏塩うどん	カレイのムニエル 小松菜のナムル トマト パナナ 麦茶	カステラ (以)牛乳(未)麦茶
17	土	青のりせんべい 麦茶	ごはん	中華丼 お麩とねぎのみそ汁 オレンジ 麦茶	乳飲料 カルシウムせんべい クラッカー
18	日				
19	月	ウエハース 牛乳	ごはん	厚揚げのみそ炒め のりっこりー グレープフルーツ 麦茶	★フライドポテト (以)牛乳(未)麦茶
20	火	ぶどうジュース	スパイシーコーンごはん	サーモンのポテサラ焼き ツナの春雨サラダ キャベツとわかめのスープ いちご 麦茶	2種のロールケーキ (以)牛乳(未)麦茶
21	水	カルシウムせんべい 牛乳	納豆ごはん	擬製豆腐 里芋のごま味噌煮 オレンジ 麦茶	★ココアクッキー (以)牛乳(未)麦茶
22	木	クラッカー 麦茶	コッペパン	チリコンカン マッシュポテト パナナ 牛乳 麦茶	★たけのこごはん 麦茶
23	金	甘辛せんべい 牛乳	ごはん	たらのパン粉焼き しょうゆフレンチ かぼちゃバター グレープフルーツ 麦茶	ヨーグルト ウエハース 麦茶
24	土	ビスケット 麦茶	ごはん	ビビンバ丼 キャベツスープ パナナ 麦茶	野菜ジュース パイ菓子 青のりせんべい
25	日				
26	月	塩せんべい 牛乳	ごはん	カジキフライ 野菜の胡麻和え オレンジ 麦茶	★にういももち (以)牛乳(未)麦茶
27	火	パイ菓子 牛乳	ごはん	豆腐ときこのあつさり炒め かぼちゃサラダ グレープフルーツ 麦茶	★ヨーグルトトースト (以)牛乳(未)麦茶
28	水	青のりせんべい 牛乳	ごはん	豚肉のスパイシーオムレツ すき昆布煮 トマト パナナ 麦茶	★スイートポテト (以)牛乳(未)麦茶
29	木	ウエハース 牛乳	ごはん	サーモンの新緑焼き スタミナ納豆 オレンジ 麦茶	★きなこケーキ (以)牛乳(未)麦茶
30	金	カルシウムせんべい 牛乳	しらすおろしうどん	ひじきの鶏つくね ごまっこりー パナナ 麦茶	メロンパン (以)牛乳(未)麦茶
31	土	クラッカー 麦茶	ごはん	トマト肉じゃが わかめと豆腐のみそ汁 グレープフルーツ 麦茶	乳飲料 青のりせんべい ビスケット

♪お知らせ♪

- ・★印のメニューは、手作りおやつです
- ・5月20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)	511	600
たんぱく質(g)	19.7	24.2
脂質(g)	15.7	19.6
食塩相当量(g)	1.3	1.5