令和7年6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	日				
2	月	甘辛せんべい　牛乳	納豆ごはん	鶏肉のさっぱり煮　カレーきんぴら　トマト　オレンジ　麦茶	★さつまいも蒸しパン (以)牛乳(未)麦茶
3	火	ビスケット　麦茶	ソフトフランスパン	厚揚げのミートソース煮　じゃがいものチーズ焼き　牛乳　グレープフルーツ　麦茶	★枝豆と鮭のまぜごはん　麦茶
4	水	塩せんべい　牛乳	ごはん	パプリカの洋風オムレツ　うまっこりー　バナナ　麦茶	チョコチップパン (以)牛乳(未)麦茶
5	木	パイ菓子　牛乳	ごはん	たらのねぎみそ焼き　かみかみサラダ　オレンジ　麦茶	★スイートパンプキン (以)牛乳(未)麦茶
6	金	青のりせんべい　牛乳	ごはん	マーボーひじき　おさつサラダ　里芋とほうれん草のすまし汁　グレープフルーツ　麦茶	ヨーグルト　ビスケット　麦茶
7	土	ウエハース　麦茶	ごはん	高野豆腐のそぼろ丼　さつまいもと小松菜のみそ汁　バナナ　麦茶	乳飲料 甘辛せんべい　パイ菓子
8	日				
9	月	カルシウムせんべい　牛乳	ごはん	さばの塩焼き　ひじき納豆　トマト　オレンジ　麦茶	★大学芋 (以)牛乳(未)麦茶
10	火	クラッカー　牛乳	ごはん	きのこのミートローフ　長芋ソテー　グレープフルーツ　麦茶	★チョコババロア (以)牛乳(未)麦茶
11	水	甘辛せんべい　牛乳	ごはん	擬製豆腐　すき昆布煮　バナナ　麦茶	★いももち (以)牛乳(未)麦茶
12	木	ビスケット　牛乳	ごはん	サーモンのマーマレード焼き　なす炒り　オレンジ　麦茶	★人参のホットケーキ (以)牛乳(未)麦茶
13	金	塩せんべい　牛乳	なめこうどん	鶏肉の照り焼き　ほうれん草の胡麻和え　グレープフルーツ　麦茶	米粉のガトーショコラ (以)牛乳(未)麦茶
14	土	パイ菓子　麦茶	ごはん	プルコギ丼　じゃがいもとわかめのすまし汁　バナナ　麦茶	豆乳飲料 ウエハース　クラッカー
15	日				
16	月	青のりせんべい　牛乳	ごはん	アジのパン粉焼き　パプリカサラダ　かぼちゃしょうゆ　オレンジ　麦茶	黒ごまのもちもちパン (以)牛乳(未)麦茶
17	火	ウエハース　麦茶	白パン	枝豆のキッシュ　ラタトゥイユ　コーンポタージュ　グレープフルーツ　麦茶	★和風きのこごはん　麦茶
18	水	りんごジュース	梅しそごはん	凍み豆腐と鶏肉のオランダ煮　花麩のすまし汁　メロン　麦茶	2種のロールケーキ (以)牛乳(未)麦茶
19	木	カルシウムせんべい　牛乳	ごはん	たらの韓国風焼き　白和えサラダ　バナナ　麦茶	★ジャージャー麺 (以)牛乳(未)麦茶
20	金	クラッカー　牛乳	ごはん	厚揚げのそぼろ煮　のりっこりー　オレンジ　麦茶	ヨーグルト　パイ菓子　麦茶
21	土	甘辛せんべい　麦茶	ごはん	マーボー豆腐　わかめスープ　グレープフルーツ　麦茶	乳飲料 青のりせんべい　ウエハース
22	日				
23	月	ビスケット　牛乳	ごはん	トマト肉じゃが　きゅうりの梅和え　バナナ　麦茶	★きなこクッキー (以)牛乳(未)麦茶
24	火	塩せんべい　牛乳	わかめしらすうどん	ちくわの磯部揚げ　炒り豆腐　オレンジ　麦茶	ジャムパン (以)牛乳(未)麦茶
25	水	パイ菓子　牛乳	ごはん	ひじきの和風オムレツ　小松菜のナムル　グレープフルーツ　麦茶	★ココアフレンチトースト (以)牛乳(未)麦茶
26	木	青のりせんべい　牛乳	ごはん	タンドリーチキン　豆菜サラダ　バナナ　麦茶	★ずんだクラッカー (以)牛乳(未)麦茶
27	金	ウエハース　牛乳	ごはん	サーモンの西京焼き　野菜スティック　かぼちゃバター　オレンジ　麦茶	カステラ (以)牛乳(未)麦茶
28	土	カルシウムせんべい　麦茶	ごはん	カレーライス　コンソメスープ　グレープフルーツ　麦茶	野菜ジュース ビスケット　塩せんべい
29	日				
30	月	クラッカー　牛乳	ごはん	カジキのトマトソースがけ　マカロニサラダ　バナナ　麦茶	★おからケーキ (以)牛乳(未)麦茶

♪お知らせ♪

・★印のメニューは、手作りおやつです

・6月18日(水)　　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

カジキマグロ　パプリカ　かつお　そら豆　枝豆　メロン

【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)	506	598
たんぱく質(g)	19.9	24.4
脂質(g)	14.9	18.5
食塩相当量(g)	1.3	1.5

かみかみメニュー

6月は歯と口の健康週間であり、食育月間でもあります。たくさん噛むことを意識して、歯と口、さらに将来の生活習慣病も予防しましょう！