

# 三永太陽保育園 4月献立表



※午前のおやつは3歳未満のお子様のみとなっております。  
 ※やむを得ず、献立を変更することがございます。ご了承くださいませよう宜しくお願い致します。2024年4月1日

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう マリービスケット	ぎゅうにゅう ソフトせんべい	ぎゅうにゅう しろいふうせん	ぎゅうにゅう ムーンライトクッキー	ぎゅうにゅう ちょぼちょぼクッキー
お昼 ごはん	かやくうどん すみそあえ みかんかん	チキンカレー <small>はるやさいのレモンドレッシング</small> りんご	ごはん あかうおのてりやき かふうサラダ みそしる パインかん	ごはん やきにくふういため あおのりポテト もやしスープ オレンジ	ごはん えいようあげ キャベツのごまずあえ すましじる ももかん	たんたんどん だいこんいりわかめスープ バナナ
午後 おやつ	おちゃ ひじきごはんのおにぎり	ぎゅうにゅう かぼちゃクッキー	ぎゅうにゅう チーズいりヨーグルトパン	ぎゅうにゅう きなこクリームサンド	おちゃ いちごフルーチェ	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	8	9	10	11	12	13
午前 おやつ	ぎゅうにゅう チョコイス	ぎゅうにゅう サラダせんべい	ぎゅうにゅう ココナッツサブレ	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう きなこもち	ぎゅうにゅう たまごボーロ
お昼 ごはん	しおラーメン <small>はるキャベツのしらすあえ</small> パインかん	ごはん とりにくのオレンジやき いりに みそしる ブルーベリーゼリー	ごはん とうふのちゅうかに ちゅうかスープ キウイフルーツ	ごはん たらのごまフリッターあげ レンコンのうめマヨあえ すましじる ももかん	ごはん ハンバーグ せとうちさつぱりあえ はくさいスープ みかんかん	きじやきどん ちくわとやさいのあえもの さつまじる バナナ
午後 おやつ	おちゃ はりはりおにぎり	ぎゅうにゅう こまつなのケーキ	ぎゅうにゅう わらびもち	ぎゅうにゅう りんごゼリー	ぎゅうにゅう ハッシュドポテト	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	15	16	17	18	19	20
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ぽたぽたやき	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう マリービスケット	ぎゅうにゅう しろいふうせん	ぎゅうにゅう ハイハイ	ぎゅうにゅう ココナッツサブレ
お昼 ごはん	<small>ベーコンとしらすのスパゲティ</small> はるサラダ いちご	ごはん さけのわふうムニエル <small>あぶらあげともやしのあえもの</small> すましじる みかんかん	ごはん ちゅうかふういりどうふ そえやさい かふうスープ りんご	ごはん スパニッシュオムレツ てつぶんたっぷりサラダ ゆめまるじる キウイフルーツ	【たんじょうかい】 ☆おたのしみメニュー☆	ぎゅうどん あおなのあえもの みそしる バナナ
午後 おやつ	おちゃ わかめおにぎり	ぎゅうにゅう ポテまるくん	おちゃ フルーツヨーグルト	ぎゅうにゅう クラッカージャム	ぎゅうにゅう いちごロールケーキ	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	22	23	24	25	26	27
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう ソフトせんべい	ぎゅうにゅう きなこもち	ぎゅうにゅう たまごボーロ	【春の遠足】 	ぎゅうにゅう ぼたぼたやき
お昼 ごはん	やきそば チキンサラダ パインかん	ちゅうかどん <small>キャベツとわかめのナムルふう</small> オレンジ	ごはん とりにくのいそべあげ こまつなのおかかあえ すましじる ももかん	ごはん あじのねぎソース じゃがマヨあえ みそしる ヨーグルト		ケチャップライス <small>カニカマイりきりほしだいこんサラダ</small> コンソメスープ バナナ
午後 おやつ	おちゃ <small>えのきとツナのたきこみおにぎり</small>	ジョア チーズクッキー	おちゃ プリン	ぎゅうにゅう アップルケーキ		ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	29	30				
午前 おやつ	【昭和の日】 	ぎゅうにゅう ウエハース				
お昼 ごはん		ジャージャーうどん わかめサラダ ももかん				
午後 おやつ		おちゃ ゆうやけむすび				

## 月間平均栄養摂取量

一日平均摂取量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物
3歳以上児	526kcal	19.5g	15.2g	82.1g
3歳未満児	464kcal	17.5g	15.4g	68.3g