

# 三永太陽保育園 5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5月1日

	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
午前 おやつ			ぎゅうにゅう サラダせんべい	ぎゅうにゅう マリービスケット	【憲法記念日】  憲法記念日	【みどりの日】 
お昼 ごはん		ごはん あじのごまやき ようふうきんぴら みそしる キウイフルーツ	えだまめごはん げんきだんご キャベツのドレッシングあえ すましじる みかんかん			
午後 おやつ		ぎゅうにゅう オレンジふうみフレンチトースト	おちゃ ヨーグルトババロア			
	6	7	8	9	10	11
午前 おやつ	【振替休日】 	ぎゅうにゅう ムーンライトクッキー	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう たまごボーロ	ぎゅうにゅう きなこもち	ぎゅうにゅう ココナッツサブレ
お昼 ごはん		もやしラーメン ちゅうかサラダ ももかん	ごはん とりにくのこうみやき わふうサラダ みそしる キウイフルーツ	ごはん たらのカレーニエル ほうれんそうとコーンのソテー ぐたくさんスープ オレンジ	ごはん あげだしどうふのそぼろあんかけ ひじきとキャベツのサラダ すましじる パインかん	しおこんぶのチャーハン ナムル わかめスープ バナナ
午後 おやつ		おちゃ ごまとさけのおにぎり	ぎゅうにゅう じゃがもち	ジョア ココアちんすこう	ぎゅうにゅう マスカットゼリー	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	13	14	15	16	17	18
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう ぼたぼたやき	ぎゅうにゅう ソフトせんべい	おちゃ ハイハイ	ぎゅうにゅう しろいふうせん	ぎゅうにゅう たまごボーロ
お昼 ごはん	ごもくうどん ごまあえ みかんかん	ごはん にくだんごのすぶたふうに はくさいとじゃがいものスープ キウイフルーツ	ごはん さけのこうそうパンこやき はるさめのすのもの すましじる ももかん	わかめごはん こうやどうふとやさいのもの ゆめまるじる オレンジ	【たんじょうかい】 ☆おたのしみメニュー☆	ぎゅうたまごとじどん もやしあえ みそしる バナナ
午後 おやつ	おちゃ ゆかりおにぎり	ぎゅうにゅう とうにゅうくずもち	ぎゅうにゅう ウイナーケーキ	ぎゅうにゅう パインゼリー	ぎゅうにゅう ロールケーキ	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	20	21	22	23	24	25
午前 おやつ	ぎゅうにゅう チョイス	ぎゅうにゅう マリービスケット	ぎゅうにゅう ウエハース	おちゃ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ココナッツサブレ	ぎゅうにゅう ちょぼちょぼクッキー
お昼 ごはん	<small>なすとアスパラのトマトスバゲティ</small> だいこんサラダ パインかん	ごはん さわらのちゅうかふうてんぶら ごしょくあえ みそしる ブルーベリーゼリー	おやこどん こまつなのツナずあえ オレンジ	ごはん チーズハンバーグ キャベツのわかめサラダ ジュリエンスープ みかんかん	ごはん とうふとぶたにくのいために すましじる キウイフルーツ	アスパラごはん ツナサラダ だいこんとベーコンのスープ バナナ
午後 おやつ	おちゃ ジャコにぎり	ぎゅうにゅう スイートポテト	ぎゅうにゅう おからドーナツ	ぎゅうにゅう ベジきなこ	おちゃ ぶどうフルーチェ	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	27	28	29	30	31	
午前 おやつ	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 ソフトせんべい	ぎゅうにゅう ぼたぼたやき	ぎゅうにゅう ウエハース	
お昼 ごはん	ちゅうかそば じゃがいものちゅうかあえ ももかん	ごはん ポークビーンズ やさいのマリネ バナナ	やさいたつぷりマーボーどん バンサンスー オレンジ	ごはん あじのねぎみそやき もやしのおかかあえ みぞれじる ヨーグルト	ごはん ごまふうみのこめこからあげ レモンふうみサラダ みそしる パインかん	
午後 おやつ	おちゃ かつおおにぎり	ぎゅうにゅう ほうれんそうクッキー	ぎゅうにゅう パインチーズクラッカー	ぎゅうにゅう シュガートースト	おちゃ ホワイトポンチ	

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	531kcal	20.4g	15.6g	81.3g
3歳未満児	465kcal	17.9g	15.3g	68.2g