

# 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。2025年5月1日

	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
午前 おやつ				ぎゅうにゅう <small>ほうれんそうとこまつなせんべい</small>	ぎゅうにゅう マリービスケット	<b>【憲法記念日】</b>  憲法記念日
お昼 ごはん				おしむぎごはん あかうおのてりやき <small>あぶらあげともやしのあえもの</small> みそしる キウイフルーツ	えだまめごはん げんきだんご わふうサラダ すましじる みかんかん	
午後 おやつ				ぎゅうにゅう キャロットむしパン	おちゃ ヨーグルトババロア	
	5	6	7	8	9	10
午前 おやつ	<b>【こどもの日】</b> 	<b>【振替休日】</b> 	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 こざかなせんべい	ぎゅうにゅう しろいふうせん
お昼 ごはん			ちゅうかそば <small>じゃがいものちゅうかあえ</small> ブルーベリーゼリー	さくらえびごはん まつかぜやき <small>しんごぼうときゅうりのサラダ</small> すましじる オレンジ	ごはん かれのチーズフライ ひじきとキャベツのサラダ みそしる ももかん	ぎゅうどん ツナあえ <small>はるキャベツのげんきじる</small> ヨーグルト
午後 おやつ			おちゃ うめちりおにぎり	ぎゅうにゅう メロンパントースト	ぎゅうにゅう じゃがもち	ぎゅうにゅう せんべい・きなこもち
	12	13	14	15	16	17
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう <small>ほうれんそうとこまつなせんべい</small>	ぎゅうにゅう ココナッツサブレ	おちゃ ハイハイ	ぎゅうにゅう ソフトせんべい	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パゲティ</small> だいこんサラダ パインかん	おしむぎごはん とりにくのこうみやき はるさめのすのもの みそしる みかんかん	ごはん <small>あつあげとぶたにくのみそいため</small> すましじる オレンジ	おしむぎごはん さけのさざれやき <small>ほうれんそうとコーンのソテー</small> いなかじる ももかん	<b>【たんじょうかい】</b> ☆おたのしみメニュー☆	さんしょくどん さつまじる バナナ
午後 おやつ	おちゃ ちゅうかふうおにぎり	ぎゅうにゅう ココアブラマンジェ	ぎゅうにゅう ベジきなこ	ぎゅうにゅう クラッカージャム		ぎゅうにゅう べにいもタルト
	19	20	21	22	23	24
午前 おやつ	ぎゅうにゅう チョイス	ぎゅうにゅう こざかなせんべい	おちゃ ヨーグルト	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	ジャージャーうどん わかめサラダ ももかん	おしむぎごはん <small>さわらのちゅうかふうてんぷら</small> こまつなごまあえ すましじる みかんかん	わかめごはん <small>こうやどうふとやさいのにも</small> ゆめまるじる オレンジ	ごはん チーズハンバーグ きりぼしだいこんサラダ アスパラスープ パインかん	ごはん まめとウインナーのトマトに キャベツのわかめサラダ キウイフルーツ	きじやきどん あおなのあえもの みそしる バナナ
午後 おやつ	おちゃ ひじきごはんのおにぎり	ぎゅうにゅう スイートポテト	ぎゅうにゅう <small>かぼちゃクッキー・そらまめ</small>	ぎゅうにゅう ももゼリー	ジョア グリーンケーキ	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	26	27	28	29	30	31
午前 おやつ	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 サラダせんべい	ぎゅうにゅう しろいふうせん	ぎゅうにゅう <small>ほうれんそうとこまつなせんべい</small>	ぎゅうにゅう ココナッツサブレ
お昼 ごはん	やきそば チキンサラダ みかんかん	ごはん <small>ぶたにくとピーマンのちゅうかいため</small> こふきいも もやしスープ キウイフルーツ	おしむぎごはん たらのカレーニエル ごもくなます すましじる ヨーグルト	やさいたつぷりマーボーどん パンサンスー オレンジ	おしむぎごはん 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 ももかん	アスパラごはん コーンサラダ <small>だいこんとベーコンのスープ</small> ブルーベリーゼリー
午後 おやつ	おちゃ こまつなとじゃこのおにぎり	ぎゅうにゅう とうにゅうくずもち	ぎゅうにゅう フレークスナック	ぎゅうにゅう にんじんジャムサンド	ぎゅうにゅう パインゼリー	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース

🇪🇺 🇯🇵 🇬🇧 🇮🇹 🇨🇦 🇦🇺 🇺🇸 🇯🇵 🇬🇧 🇮🇹 🇨🇦 🇦🇺 🇺🇸 🇯🇵 🇬🇧 🇮🇹 🇨🇦 🇦🇺 🇺🇸

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	食塩
3歳以上児	541 kcal	20.9g	15.8g	83.1g	1.6g
3歳未満児	470kcal	18.3g	15.3g	69.1g	1.3g