

三永太陽保育園 3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。 2026年3月1日

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう ハイハイ	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 ぽたぽたやき	ぎゅうにゅう チョコイス
お昼 ごはん	しおラーメン じゃがいものちゅうかあえ ももかん	【たんじょうかい】 ☆おたのしみメニュー☆	さけわかめごはん とうふとぶたにくのいために すましじる オレンジ	おしむぎごはん あかうおのてりやき きりぼしだいこんのごますあえ みそしる パインかん	やさいたっぷりポークカレー りっちゃんのサラダ りんご	ガーリックピラフ はくさいとウインナーのスープ バナナ
午後 おやつ	おちゃ えのきとツナのたきこみおにぎり	ぎゅうにゅう ひなまつりカララうずまきクッキー	ぎゅうにゅう やきいも	おちゃ いちごババロア	ぎゅうにゅう チーズじゃこトースト	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	9	10	11	12	13	14
午前 おやつ	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 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 ハイハイ	ぎゅうにゅう たまごボーロ
お昼 ごはん	にくうどん れんこんとひじきのサラダ みかんかん	ごはん たらのやさいあんかけ そえやさい そうめんじる ももかん	パン クリームシチュー レモンふうみサラダ キウイフルーツ	ゆかりごはん とうふチャンプルー みそしる オレンジ	【おわかれパーティー】 ☆おたのしみメニュー☆	ホイコーローどん はくさいとじゃがいものスープ ヨーグルト
午後 おやつ	ぎゅうにゅう はんぺんのふわふわおこのみやき	ぎゅうにゅう フルーツゼリー	おちゃ やきおにぎり	ぎゅうにゅう じゃがいもポンデケーキ	ぎゅうにゅう フルーツサンド	ぎゅうにゅう せんべい・きなこもち
	16	17	18	19	20	21
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう ほしたべよ	ぎゅうにゅう ココナッツサブレ	ぎゅうにゅう ほうれんそうとこまつなせんべい	【春分の日】 	ぎゅうにゅう マリービスケット
お昼 ごはん	わふうスパゲティー さわやかあえ バナナ	おしむぎごはん さけのみそチーズやき もやしのおかかあえ すましじる ブルーベリーゼリー	ハンバーガー ハッシュドポテト コールスローサラダ コーンスープ みかんかん	てんしんはん ブロックリーのちゅうかふうサラダ りんご		スタミナどん いなかじる バナナ
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 つつまないにくまん	ぎゅうにゅう キラキラクッキー	ぎゅうにゅう さつまいもスティックパイ		ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	23	24	25	26	27	28
午前 おやつ	ぎゅうにゅう サラダせんべい	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう ぽたぽたやき	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 きなこもち
お昼 ごはん	カレーうどん かみかみサラダ パインかん	しおこんぶのチャーハン はるまき ごしょくあえ チンゲンさいとたまごのスープ オレンジ	ごはん にこみハンバーグ マカロニサラダ やさいたっぷりスープ みかんかん	おしむぎごはん さばのみぞれに はるさめのすのもの みそしる ヨーグルト	ごはん とりのマスタードやき ジャーマンポテト すましじる ももかん	ハヤシライス コーンサラダ 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 じゃがもち	ジョア ココアトースト	ぎゅうにゅう カップケーキ	おちゃ プリン	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	30	31				
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ソフトせんべい	【休園日】				
お昼 ごはん	しょうゆラーメン だいこんサラダ みかんかん					
午後 おやつ	おちゃ チーズおかかおにぎり					

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	524kcal	19.8g	16.4g	78.1g	1.6g
3歳未満児	461kcal	17.4g	16.1g	65.5g	1.4g