

# 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。2026年4月1日

	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
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 サラダせんべい	ぎゅうにゅう きなこもち
お昼 ごはん			チキンカレー はるサラダ パインかん	ごはん あかうおのにつけ こまつなごまあえ すましじる さくらゼリー	おしむぎごはん えいようあげ キャベツのわかめサラダ みそしる ももかん	ぶたどん けんちんじる バナナ
午後 おやつ			ぎゅうにゅう ほうれんそうクッキー	ぎゅうにゅう ベジきなこ	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
	6	7	8	9	10	11
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう こぎかなせんべい	ぎゅうにゅう ココナッツサブレ	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 たまごボーロ
お昼 ごはん	ごもくうどん はるキャベツのしらすあえ ももかん	ごはん ちゅうかふういりどうふ そえやさい もやしスープ オレンジ	おしむぎごはん とりにくのてりやき いりに みそしる キウイフルーツ	ごはん ハンバーグ きりぼしだいこんサラダ はるキャベツとベーコンのスープ パインかん	たけのこごはん たらのごまフリッターあげ ブロッコリーのおかかマヨあえ すましじる みかんかん	ケチャップライス ポトフ ヨーグルト
午後 おやつ	おちゃ かしわおにぎり	ぎゅうにゅう いそふうみフライドポテト	ぎゅうにゅう てつぶんココアむしパン	ぎゅうにゅう ぶどうゼリー	ジョア にんじんジャムサンド	ぎゅうにゅう せんべい・きなこもち
	13	14	15	16	17	18
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 ほしたべよ	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 チョコイス
お昼 ごはん	ベーコンとしらすのスパゲティ わかめサラダ ブルーベリーゼリー	ごはん すきやきふうに みそしる りんご	おしむぎごはん さけのチーズムニエル ほうれんそうとコーンのソテー みぞれじる みかんかん	ごはん とりのりしおからあげ てつぶんたつぷりサラダ すましじる パインかん	【たんじょうかい】 ★おたのしみメニュー★	スタミナどん はるさめいりちゅうかスープ バナナ
午後 おやつ	おちゃ うめツナおにぎり	ぎゅうにゅう クラッカージャム	ぎゅうにゅう ツナとポテトのおやき	ぎゅうにゅう とうにゅうくずもち	ぎゅうにゅう いちごクレープ	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 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	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
お昼 ごはん	みそラーメン とさずあえ パインかん	ごはん スパニッシュオムレツ はるやさいのレモンドレッシング とうにゅうスープ キウイフルーツ	わかめごはん あつあげとぶたにくのみそいため すましじる オレンジ	おしむぎごはん あじのなんばんづけ じゃがマヨあえ みそしる ヨーグルト		たんたんどん ごもくちゅうかスープ 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 シュガートースト	おちゃ ホワイトポンチ	ぎゅうにゅう おこのみやき		ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	27	28	29	30		
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 こぎかなせんべい		
お昼 ごはん	しおやきそば わふうのりサラダ みかんかん	おしむぎごはん さばのゆうやけソース あぶらあげともやしのあえもの みそしる ももかん		ちゅうかどん キャベツとわかめのナムルふう りんご		
午後 おやつ	おちゃ とりそぼろとたけのこのおにぎり	ぎゅうにゅう ウイナーロール		ぎゅうにゅう しぼりだしクッキー		

## 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	513kcal	19.4g	15.8g	77.3g	1.6g
3歳未満児	454kcal	17.4g	15.6g	65.1g	1.3g