

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。2026年5月1日

	月	火	水	木	金	土
					1	2
午前 おやつ					ぎゅうにゅう きなこもち	ぎゅうにゅう しろいふうせん
お昼 ごはん					えだまめごはん げんきだんご レモンふうみサラダ すましじる パインかん	やきにくどん えのきともやしのスープ バナナ
午後 おやつ					おちゃ ヨーグルトババロア	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	4	5	6	7	8	9
午前 おやつ	【みどりの日】	【こどもの日】	【振替休日】	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 チョコイス
お昼 ごはん				チャンポンめん のりずあえ みかんかん	おしむぎごはん たらのいそべあげ キャベツのドレッシングあえ みそしる パインかん	アスパラごはん とりにくとやさいのトマトスープ ヨーグルト
午後 おやつ				おちゃ はりはりおにぎり	ジョア こまつなのケーキ	ぎゅうにゅう せんべい・きなこもち
	11	12	13	14	15	16
午前 おやつ	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	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 ハイハイ	【さんさんふえすた】
お昼 ごはん	ジャージャーうどん もやしのちゅうかふうサラダ ももかん	ごはん とりにくのオレンジやき シャキシャキれんこんいため すましじる キウイフルーツ	ごはん こうやどうふとやさいのもの はっぼうじる オレンジ	おしむぎごはん あかうおのゆうあんやき ほしだいこんとひじきのサラダ みそしる パインかん	【たんじょうかい】 ☆おたのしみメニュー☆	
午後 おやつ	おちゃ わかめチーズおにぎり	ぎゅうにゅう きなこフッキー	ぎゅうにゅう のりごまクッキー	ぎゅうにゅう フレークスナック	ぎゅうにゅう こいのぼりフルーツサンド	
	18	19	20	21	22	23
午前 おやつ	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	ぎゅうにゅう マリービスケット	おちゃ ハイハイ	ぎゅうにゅう ウエハース	ぎゅうにゅう たまごボーロ
お昼 ごはん	なすとアスパラのトマトスパゲティ わふうサラダ パインかん	おしむぎごはん さけのマヨネーズやき やさいソテー ゆめまるじる みかんかん	ゆかりごはん とうふステーキのやさいあかけ かぼちゃサラダ みそしる オレンジ	ごはん チーズハンバーグ しんごぼうときゅうりのサラダ アスパラスープ ブルーベリーゼリー	おしむぎごはん ユーリンチー こまつなともやしのあえもの すましじる ももかん	ぎゅうどん げんきじる 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 スイートポテト	ぎゅうにゅう くるくるあんこパイ	ぎゅうにゅう メロンパントースト	ぎゅうにゅう オレンジゼリー	ぎゅうにゅう せんべい・ウエハース
	25	26	27	28	29	30
午前 おやつ	ぎゅうにゅう ソフトせんべい	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 きなこもち	ぎゅうにゅう サラダせんべい	ぎゅうにゅう ムーンライトクッキー
お昼 ごはん	やきビーフン ちゅうかサラダ みかんかん	パン まめとウインナーのトマトに ひじきとキャベツのサラダ キウイフルーツ	おしむぎごはん さばのカレームニエル ごもくなます すましじる オレンジ	ごはん まつかぜやき レンコンのうめマヨあえ だいこんとベーコンのスープ ヨーグルト	おしむぎごはん ぶたにくのこうみフライ わかめのすのもの みそしる パインかん	きじやきどん ツナあえ さつまじる バナナ
午後 おやつ	ぎゅうにゅう きなこスコーン	おちゃ ツナこんぶおにぎり	ぎゅうにゅう ポテまるくん	ぎゅうにゅう かんこくふうチヂミ	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

🇪🇺 🇯🇵 🇬🇧 🇮🇹 🇦🇺 🇨🇦 🇩🇪 🇫🇷 🇮🇳 🇮🇩 🇮🇸 🇯🇵 🇰🇷 🇸🇪 🇸🇮 🇹🇼 🇺🇸 🇻🇪 🇯🇵 🇰🇷 🇸🇪 🇸🇮 🇹🇼 🇺🇸 🇻🇪

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	533kcal	19.8g	16.8g	79.6g	1.5g
3歳未満児	464kcal	17.5g	16.0g	66.2g	1.3g