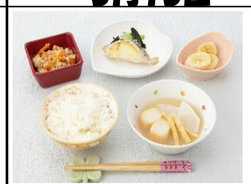
3月 キッズ献立カレンダー 前半

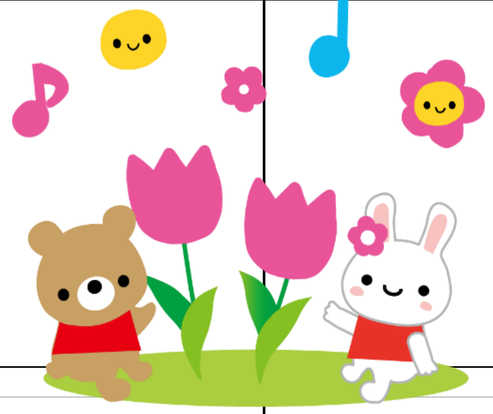
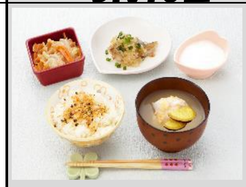
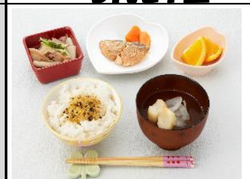
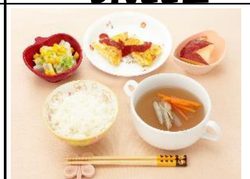
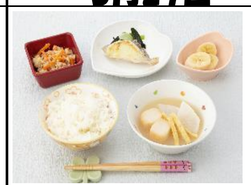
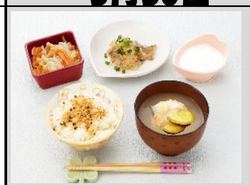
タイヘイ株式会社

	月	火	水	木	金	土	日
					3月1日	3月2日	3月3日
おひるごはん					 ●いなり寿司 豚肉とかぼちゃ煮物 みそ汁 フルーツ（バナナ）	 鉄分強化！ふりかけごはん 助宗タラのねぎ塩だれ 切干大根の煮物 みそ汁 ヨーグルト	 ご飯 ツナの玉子とじ煮 鶏レバーの甘辛炒め みそ汁 フルーツ（りんご）
栄養価					Kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 409/16.5/13.7/58.8/1.2	Kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 371/15.7/8.2/62.1/1.0	Kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 400/16.5/13.1/57.1/1.3
	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日	3月9日	3月10日
おひるごはん	 お豆腐キーマカレー 白菜とコーンのコンソメ煮 フルーツ（オレンジ）	 ご飯 カラスカレイのサクサクフライ 豚肉ときのこの玉子とじ煮 みそ汁 フルーツ（りんご）	 鶏うどん さつま芋サラダ フルーツ（バナナ）	 鉄分強化！ふりかけごはん 鮭のごまみそ焼き 大根と豚肉の照り煮 すまし汁 フルーツ（オレンジ）	 ご飯 ひき肉入りオムレツ 白菜とコーンのサラダ スープ フルーツ（バナナ）	 ご飯 助宗タラとキャベツの炒め物 マカロニサラダ みそ汁 ヨーグルト	 ご飯 豆腐と鶏肉のうま煮 さつま芋のごまがらめ みそ汁
栄養価	Kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 403/13.8/13.2/60.0/1.4	Kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 402/15.1/13.8/58.5/1.1	Kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 353/12.3/11.1/50.2/1.1	Kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 354/15.8/8.3/55.7/1.0	Kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 378/12.2/11.7/59.7/1.0	Kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 379/12.9/9.4/64.7/1.1	Kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 443/15.3/12.4/70.7/0.9
	3月11日	3月12日	3月13日	3月14日			
おひるごはん	 スパゲティナポリタン かぼちゃサラダ みるくスープ	 ご飯 鶏のから揚げ 白菜とひじきのごま煮 みそ汁	 ご飯 白糸タラのマヨ焼き 炒り粉豆腐 具だくさん汁 フルーツ（バナナ）	 ●ホワイトデー☆クリームライス ポテト玉子サラダ フルーツ（不知火）	 	タイヘイ（株） 応援サポーター 林家たい平師匠	
栄養価	Kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 360/14.2/11.9/51.4/1.2	Kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 375/11.8/12.9/55.1/1.0	Kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 406/17.0/15.4/52.5/0.9	Kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 443/14.3/16.5/62.6/1.3			

※都合により、献立を変更する場合がございます。

3月 キッズ献立カレンダー 後半

タイヘイ株式会社

	月	火	水	木	金	土	日
					3月15日	3月16日	3月17日
おひるごはん	タイヘイ（株）応援サポーター 林家たい平師匠				ご飯 玉子と豚肉のバター醤油炒め かぼちゃの信田煮 みそ汁 フルーツ（バナナ）	 鉄分強化！ふりかけごはん 助宗タラのねぎ塩だれ 切干大根の煮物 みそ汁 ヨーグルト	ご飯 ツナの玉子とじ煮 鶏レバーの甘辛炒め みそ汁 フルーツ（りんご）
栄養価					kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 408/16.4/13.4/58.5/1.2	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 371/15.7/8.2/62.1/1.0	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 400/16.5/13.1/57.1/1.3
	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日	3月22日	3月23日	3月24日
おひるごはん	お豆腐キーマカレー 白菜とコーンのコンソメ煮 フルーツ（オレンジ）	ご飯 カラスカレイのサクサクフライ 豚肉ときのこの玉子とじ煮 みそ汁 フルーツ（りんご）	鶏うどん さつま芋サラダ フルーツ（バナナ）	 鉄分強化！ふりかけごはん 鮭のごまみそ焼き 大根と豚肉の照り煮 すまし汁 フルーツ（オレンジ）	 ご飯 ひき肉入りオムレツ 白菜とコーンのサラダ スープ フルーツ（りんご）	ご飯 助宗タラとキャベツの炒め物 マカロニサラダ みそ汁 ヨーグルト	ご飯 豆腐と鶏肉のうま煮 さつま芋のごまがらめ みそ汁
栄養価	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 403/13.8/13.2/60.0/1.4	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 402/15.1/13.8/58.5/1.1	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 353/12.3/11.1/50.2/1.1	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 354/15.8/8.3/55.7/1.0	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 374/12.0/11.8/59.3/1.0	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 379/12.9/9.4/64.7/1.1	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 443/15.3/12.4/70.7/0.9
	3月25日	3月26日	3月27日	3月28日	3月29日	3月30日	3月31日
おひるごはん	スパゲティナポリタン かぼちゃサラダ みるくスープ	ご飯 鶏のから揚げ 白菜とひじきのごま煮 みそ汁	 ご飯 白糸タラのマヨ焼き 炒り粉豆腐 具だくさん汁 フルーツ（バナナ）	ご飯 キャベツのクリームシチュー ポテト玉子サラダ フルーツ（不知火）	ご飯 玉子と豚肉のバター醤油炒め かぼちゃの信田煮 みそ汁 フルーツ（バナナ）	 鉄分強化！ふりかけごはん 助宗タラのねぎ塩だれ 切干大根の煮物 みそ汁 ヨーグルト	ご飯 ツナの玉子とじ煮 鶏レバーの甘辛炒め みそ汁 フルーツ（りんご）
栄養価	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 360/14.2/11.9/51.4/1.2	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 375/11.8/12.9/55.1/1.0	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 406/17.0/15.4/52.5/0.9	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 434/14.4/15.8/62.1/1.1	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 408/16.4/13.4/58.5/1.2	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 371/15.7/8.2/62.1/1.0	kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分 400/16.5/13.1/57.1/1.3

※都合により、献立を変更する場合がございます。