

3月



キッズ献立カレンダー 前半



タイハイ株式会社

月	火 3月1日	水 3月2日	木 3月3日	金 3月4日	土 3月5日	日 3月6日	
おひるごはん						保育園お休み	
		<p>ご飯 鮭の揚げ煮 さつまいもと鶏肉の甘辛炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ご飯 白糸タラの洋風照り焼き 炒り粉豆腐 みそ汁 フルーツ(バナナ)</p>	<p>●いなり寿司 大根と鶏肉の煮物 すまし汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>鉄分強化! ふりかけごはん ハンバーグ かぼちゃの煮物 みそ汁</p>		<p>ミートスパゲッティ フルーツ(バナナ)</p>
栄養価	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 400/14.4/9.6/66.7/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 349/14.7/9.3/54.3/1.0	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 407/16.8/15.7/52.8/1.0	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 387/14.2/10.6/61.5/1.1			
	3月7日	3月8日	3月9日	3月10日	3月11日	3月12日	3月13日
おひるごはん						保育園お休み	
	<p>ご飯 鶏肉と野菜のごま味噌炒め 白菜とコーンのサラダ すまし汁</p>	<p>ご飯 助宗タラのサクサクフライ 豆腐と小松菜の煮物 みそ汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>ご飯 カラスカレイのムニエル 豚肉と厚揚げの煮物 みそ汁 フルーツ(バナナ)</p>	<p>ケチャップライス ツナマカロニグラタン キャベツとトマトのサラダ チキンスープ フルーツ(りんご)</p>	<p>鉄分強化! ふりかけごはん 鮭の菜種焼き さつまいものミルク煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)</p>		<p>うどん おにぎり</p>
栄養価	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 364/11.9/11.4/54.0/1.0	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 372/15.0/9.2/61.2/1.0	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 439/19.7/18.0/51.8/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 431/12.1/13.8/67.4/1.4	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 454/20.1/14.0/64.8/1.0		
おひるごはん	3月14日					※マヨネーズは卵が入っていないものを使用しています	
	<p>●ホワイトデー☆クリームライス トマトとわかめのツナサラダ フルーツ(りんご)</p>						
栄養価	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 405/12.4/13.7/60.2/1.6						

※都合により、献立を変更する場合がございます。