

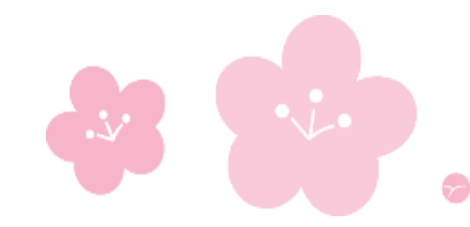


	月	火	水	木	金	土	日	
おひるごはん								3月1日
		<p>暖かくなって花が咲き始めていますね</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>						<p>ご飯 豆腐と大根のツナ煮 鶏レバーとかぼちゃの甘辛がらめ みそ汁</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 411/17.1/11.0/64.9/1.1</p>
おひるごはん	3月2日	3月3日	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日	
	<p>助宗タラの玉子とし井 白菜と鶏肉のおかか炒め みそ汁</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 405/19.2/10.2/62.4/1.2</p>	<p>●いなり寿司 豚肉とキャベツのごま煮 みそ汁 フルーツ(りんご)</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 405/16.0/15.8/54.4/1.1</p>	<p>鶏肉の玉子とじうどん さつま芋の甘辛炒め フルーツ(バナナ)</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 381/13.5/11.3/56.3/1.0</p>	<p>鉄分強化!ふりかけごはん カラスカレイのきのこあんかけ 炒りおから みそ汁 ヨーグルト</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 403/15.4/12.6/61.9/1.2</p>	<p>お豆腐キーマカレー 白菜サラダ フルーツ(不知火)</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 409/13.6/14.6/59.4/1.4</p>	<p>春色丼 大根のナムル みそ汁 アップルゼリー</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 392/14.0/14.2/54.4/1.0</p>	<p>ご飯 豆腐とささみのうま煮 じゃが芋とコーン炒め みそ汁</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 378/15.5/7.6/66.3/1.0</p>	
おひるごはん	3月9日	3月10日	3月11日	3月12日	3月13日	3月14日		
	<p>スパゲティナポリタン ツナと玉子サラダ スープ</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 355/16.7/15.0/40.1/1.4</p>	<p>鉄分強化!ふりかけごはん 鶏のから揚げ 白菜とひじき煮 みそ汁</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 387/14.3/13.5/55.9/1.1</p>	<p>ご飯 鮭のみそ焼き 豆腐と大根の煮物 すまし汁 フルーツ(バナナ)</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 349/16.5/7.3/56.3/0.9</p>	<p>ご飯 鶏肉のチーズピカタ マカロニとトマトのごま和え スープ</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 395/15.8/12.7/57.1/1.4</p>	<p>●ホワイトデー☆クリームライス かぼちゃサラダ フルーツ(りんご)</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 408/12.4/13.6/63.8/1.0</p>	<p>ご飯 白糸タラのマヨ焼き 豚肉とさつま芋のとろみ煮 みそ汁 フルーツ(白桃缶)</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 399/13.8/12.1/61.6/0.8</p>		


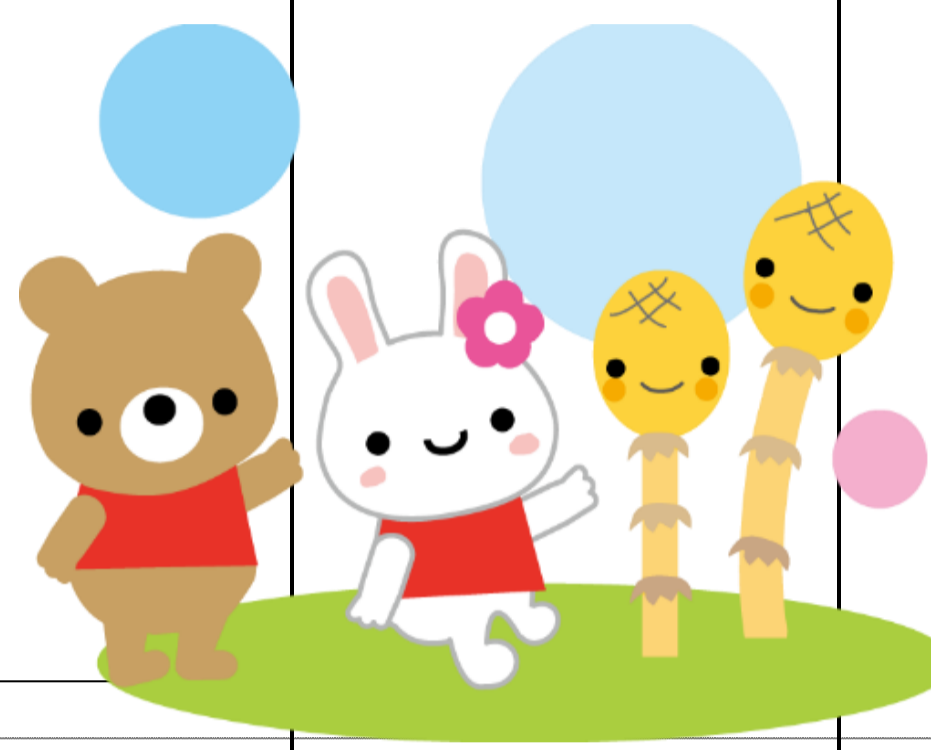


















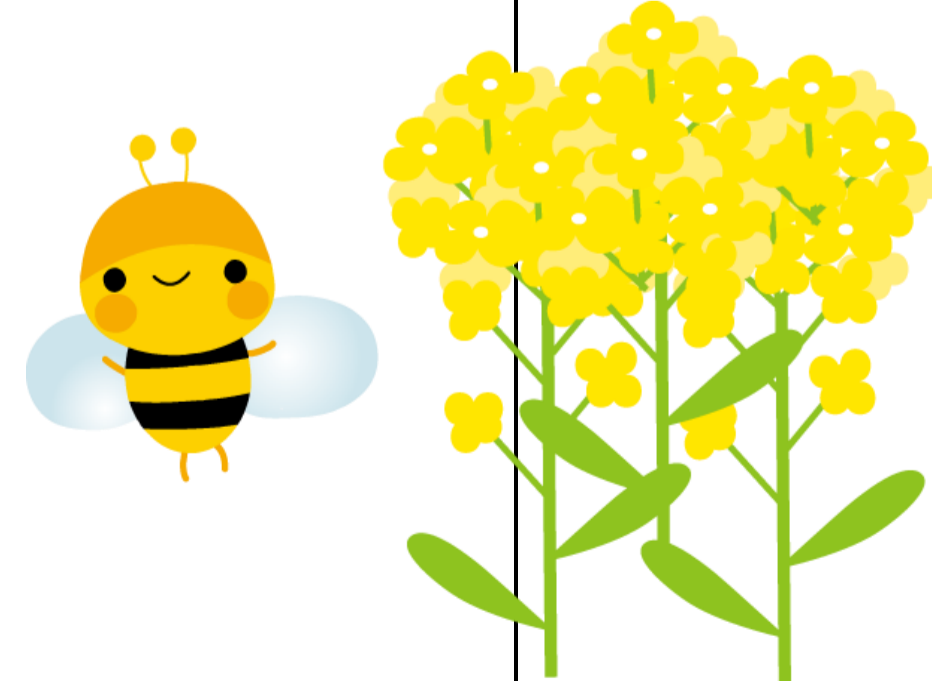
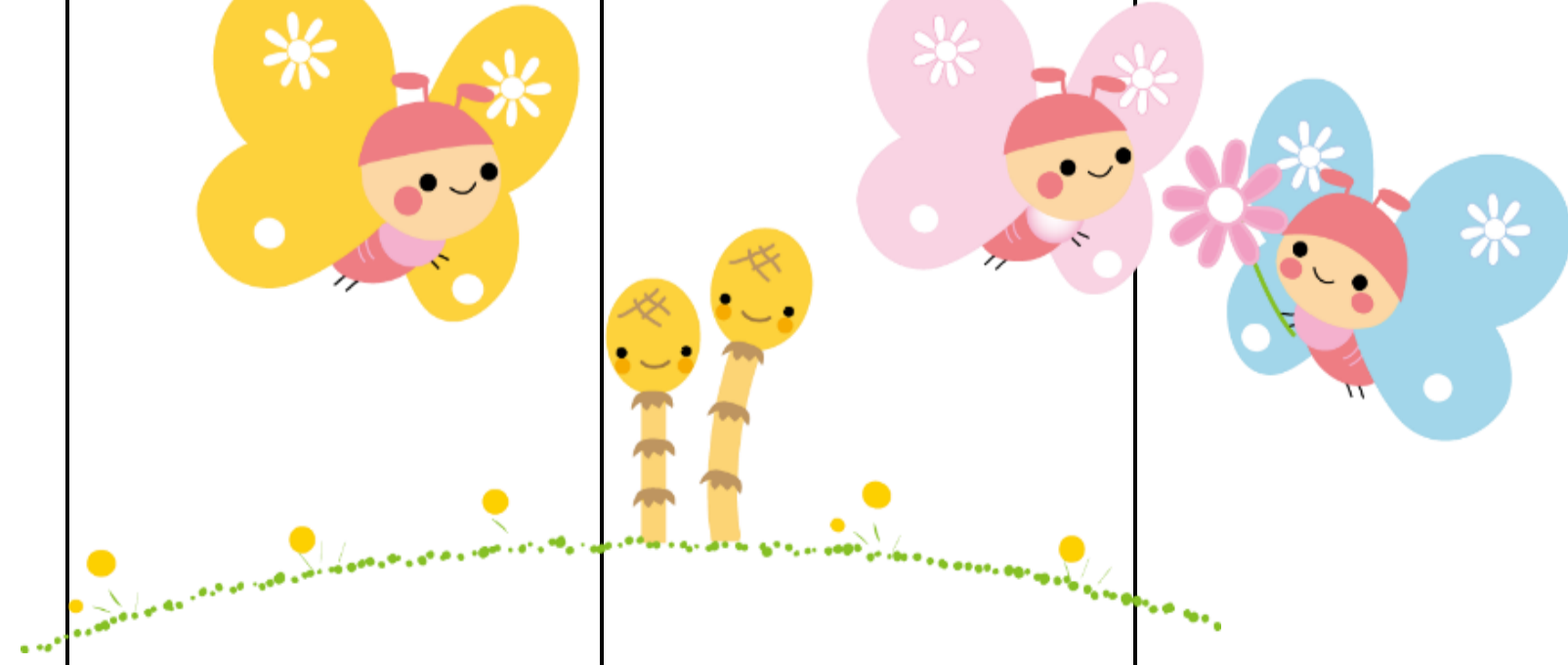
※都合により、献立を変更する場合がございます。



キッズ献立カレンダー 後半



タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金	土	日	
おひるごはん	 タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠							3月15日  ご飯 豆腐と大根のツナ煮 鶏レバーとかぼちゃの甘辛がらめ みぞ汁 Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 411/17.1/11.0/64.9/1.1
		3月16日  助宗タラの玉子とし井 白菜と鶏肉のおかか炒め みぞ汁 Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 405/19.2/10.2/62.4/1.2	3月17日  ご飯 豚肉と大根のごま煮 キャベツと玉子サラダ みぞ汁 Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 390/16.5/15.8/48.5/0.9	3月18日  鶏肉の玉子とじうどん さつま芋の甘辛炒め フルーツ(バナナ) Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 381/13.5/11.3/56.3/1.0	3月19日  鉄分強化!ふりかけごはん カラスカレイのきのこあんかけ 炒りおから みぞ汁 ヨーグルト Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 403/15.4/12.6/61.9/1.2	3月20日  お豆腐キーマカレー 白菜サラダ フルーツ(オレンジ) Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 406/13.6/14.5/58.8/1.4	3月21日  春色丼 大根のナムル みぞ汁 アップルゼリー Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 392/14.0/14.2/54.4/1.0	3月22日  ご飯 豆腐とささみのうま煮 じゃが芋とコーン炒め みぞ汁 Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 378/15.5/7.6/66.3/1.0
おひるごはん	3月23日  スパゲティナポリタン ツナと玉子サラダ スープ Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 355/16.7/15.0/40.1/1.4	3月24日  鉄分強化!ふりかけごはん 鶏のから揚げ 白菜とひじき煮 みぞ汁 Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 387/14.3/13.5/55.9/1.1	3月25日  ご飯 鮭のみぞ焼き 豆腐と大根の煮物 すまし汁 フルーツ(バナナ) Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 349/16.5/7.3/56.3/0.9	3月26日  ご飯 鶏肉のチーズピカタ マカロニとトマトのごま和え スープ Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 395/15.8/12.7/57.1/1.4	3月27日  ご飯 クリームシチュー かぼちゃサラダ フルーツ(バナナ) Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 403/12.5/12.7/63.8/0.8	3月28日  ご飯 白糸タラのマヨ焼き 豚肉とさつま芋のとうもろ煮 みぞ汁 フルーツ(白桃缶) Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 399/13.8/12.1/61.6/0.8	3月29日  ご飯 豆腐と大根のツナ煮 鶏レバーとかぼちゃの甘辛がらめ みぞ汁 Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 411/17.1/11.0/64.9/1.1	
	3月30日  助宗タラの玉子とし井 白菜と鶏肉のおかか炒め みぞ汁 Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 405/19.2/10.2/62.4/1.2	3月31日  ご飯 豚肉と大根のごま煮 キャベツと玉子サラダ みぞ汁 Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 390/16.5/15.8/48.5/0.9						

※都合により、献立を変更する場合がございます。