

# 3月 リトル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 3月15日	日 3月16日			
おひるごはん	 <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>鉄分強化! ふいかけご飯 カラスカレイの香草パン粉焼き 炒り粉豆腐 みぞ汁 フルーツ(りんご)</p>	 <p>ご飯 豚肉と野菜のおかかみそ炒め 大根とトマトのサラダ すまし汁</p>			
						Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 343/13.5/12.9/46.8/0.7	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 272/10.5/7.5/42.1/0.7			
おひるごはん	3月17日	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日	3月22日	3月23日			
	 <p>三色丼 千ゲン菜とれんごんの煮浸し みぞ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	 <p>ご飯 豆腐と豚肉のとうみ煮 さつまいもときゅうりのひじきサラダ みぞ汁</p>	 <p>ツナピラフ 鶏肉のマカロニみぞグラタン風 スープ ヨーグルト</p>	 <p>ご飯 鮭のごま衣焼き 大根の信田煮 みぞ汁 フルーツ(不知火)</p>	 <p>肉野菜あんかけうどん キャベツとアスパラのしらすサラダ フルーツ(りんご)</p>	 <p>ご飯 鶏肉と野菜の土佐煮 さつまいもとごぼうの金平炒め みぞ汁</p>	 <p>ご飯 白糸タラのから揚げ 鶏レバーの野菜炒め みぞ汁 フルーツ(オレンジ)</p>			
				Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 263/9.2/6.3/44.7/0.7	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 295/11.5/8.2/47.3/0.7	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 316/12.2/9.3/48.0/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 287/12.5/7.7/42.9/0.7	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 259/11.2/8.6/35.0/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 328/12.8/9.5/50.0/0.7	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 282/13.5/6.4/44.7/0.8
おひるごはん	3月24日	3月25日	3月26日	3月27日	3月28日	3月29日	3月30日			
	 <p>鉄分強化! ふいかけご飯 豆腐と鶏肉のみそ煮 切干大根炒め すまし汁</p>	 <p>ご飯 豚肉のキャベツ蒸し きゅうりのごま和え みぞ汁</p>	 <p>ご飯 助宗タラの煮付け かぼちゃのささみ炒め みぞ汁 フルーツ(バナナ)</p>	 <p>ご飯 千キンストロガ/7風 サラダスパゲティ スープ</p>	 <p>ご飯 クリームシチュー トマトとアスパラのツナサラダ スープ フルーツ(オレンジ)</p>	 <p>鉄分強化! ふいかけご飯 カラスカレイの香草パン粉焼き 炒り粉豆腐 みぞ汁 フルーツ(りんご)</p>	 <p>ご飯 豚肉と野菜のおかかみそ炒め 大根とトマトのサラダ すまし汁</p>			
				Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/13.9/5.7/44.9/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 256/10.1/8.5/37.1/0.5	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/13.6/2.2/47.6/0.6	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 296/10.9/8.7/45.6/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 324/11.2/10.5/48.6/1.1	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 343/13.5/12.9/46.8/0.7	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 272/10.5/7.5/42.1/0.7
おひるごはん	3月31日									
	 <p>三色丼 千ゲン菜とれんごんの煮浸し みぞ汁 フルーツ(オレンジ)</p>									
				Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 263/9.2/6.3/44.7/0.7						

※都合により、献立を変更する場合がございます。