



献立カレンダー 前半



	月 3月1日	火 3月2日	水 3月3日	木 3月4日	金 3月5日	土 3月6日	日
おひるごはん	<p>ご飯 鶏肉と千ゲン菜の中華炒め じゃが芋と人参のサラダ みそ汁</p>	<p>ご飯 助宗タラの甘酢あんかけ 切干大根と小松菜の煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>●ひなちらし寿司 じゃが芋の甘辛煮 ●菜の花のすまし汁 フルーツ(バナナ)</p>	<p>ご飯 鮭の豆乳クリームソース キャベツと人参のごまサラダ スープ フルーツ(オレンジ)</p>	<p>チキンカレーライス もやしとトマトの豆サラダ フルーツ(りんご)</p>	年齢に応じた給食	
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 289/9.8/8.8/40.5/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 266/11.0/4.0/45.7/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 289/12.3/4.2/48.4/0.9	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 303/12.1/8.4/43.8/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 293/8.4/7.2/47.7/0.7		
	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	<p>納豆ごはん 鶏肉の治部煮風 大根のツナ和え みそ汁</p>	<p>鉄分強化! ふりかけご飯 豆腐と豚肉のうま煮 白菜ときゅうりのサラダ みそ汁</p>	<p>ケチャップライス チキンマカロニグラタン風 スープ フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ご飯 助宗タラのごま焼き 大根の信田煮 みそ汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>●ホワイトデー☆クリームライス トマトとアスパラの豆サラダ フルーツ(バナナ)</p>	年齢に応じた給食	
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 289/12.7/7.5/41.6/0.9	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 281/11.5/7.2/41.1/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 305/11.3/6.9/48.1/0.6	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 280/11.5/7.8/39.6/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 285/7.8/8.3/43.5/0.8		
おひるごはん							
栄養価							

*都合により、献立を変更する場合がございます。



献立カレンダー 後半



タイハイ株式会社

	月 3月15日	火 3月16日	水 3月17日	木 3月18日	金 3月19日	土 3月20日
おひるごはん						春分の日
	ご飯 鶏肉と千ゲン菜の中華炒め ジャが芋と人参のサラダ みぞ汁	ご飯 助宗タラの甘酢あんかけ 切干大根と小松菜の煮物 みぞ汁 フルーツ(オレンジ)	春色丼 ジャが芋の甘辛煮 みぞ汁 フルーツ(バナナ)	ご飯 鮭の豆乳クリームソース キャベツと人参のごまサラダ スープ フルーツ(オレンジ)	千キンカレーライス もやしとトマトの豆サラダ フルーツ(りんご)	
栄養価	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 289/9.8/8.8/40.5/0.7	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 266/11.0/4.0/45.7/0.7	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 285/11.3/4.9/47.5/0.6	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 303/12.1/8.4/43.8/0.7	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 293/8.4/7.2/47.7/0.7	
	3月22日	3月23日	3月24日	3月25日	3月26日	3月27日
おひるごはん						年齢に応じた給食
	納豆ごはん 鶏肉の治部煮風 大根のツナ和え みぞ汁	鉄分強化! ふりかけご飯 豆腐と豚肉のうま煮 白菜ときゅうりのサラダ みぞ汁	ケチャライス 千キンマカロニグラタン風 スープ フルーツ(オレンジ)	ご飯 助宗タラのごま焼き 大根の信田煮 みぞ汁 フルーツ(りんご)	ご飯 春野菜のクリームシチュー トマトとアスパラの豆サラダ フルーツ(バナナ)	
栄養価	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 289/12.7/7.5/41.6/0.9	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 281/11.5/7.2/41.1/0.7	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 305/11.3/6.9/48.1/0.6	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 280/11.5/7.8/39.6/0.7	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/7.8/7.6/42.8/0.7	
	3月29日	3月30日	3月31日			
おひるごはん						
	ご飯 鶏肉と千ゲン菜の中華炒め ジャが芋と人参のサラダ みぞ汁	ご飯 助宗タラの甘酢あんかけ 切干大根と小松菜の煮物 みぞ汁 フルーツ(オレンジ)	春色丼 ジャが芋の甘辛煮 みぞ汁 フルーツ(バナナ)			
栄養価	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 289/9.8/8.8/40.5/0.7	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 266/11.0/4.0/45.7/0.7	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 291/10.1/6.1/47.4/0.7			

※都合により、献立を変更する場合がございます。