



実習保育園

	月	火	水	木	金 3月15日	土 3月16日	日 3月17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>ご飯 鮭のマヨネーズ焼き 鶏肉と白菜のおかか煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)</p>	<p>ほうれん草のスパゲッティ アスパラのポテトサラダ スープ</p>	休園日
					Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 310/14.3/11.2/40.3/0.7	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 252/11.7/8.6/33.8/0.6	
おひるごはん	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
	<p>ご飯 助宗タラのバター醤油焼き かぼちゃと豚肉の含め煮 みそ汁 フルーツ(不知火)</p>	<p>鉄分強化! ふりかけご飯 焼き鳥風 れんこんの根菜煮 みそ汁</p>	休園日	<p>納豆ごはん 豚肉のたれがらめ ほうれん草のマヨ醤油和え みそ汁</p>	<p>ご飯 鶏じゃが 白菜のツナコーン和え みそ汁</p>	<p>ご飯 助宗タラのコロコロ焼き 茹で豚のトマトサラダ みそ汁 ヨーグルト</p>	休園日
栄養価	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/13.7/6.9/41.5/0.6	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 269/10.5/8.8/37.5/0.9		Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 310/13.1/9.1/47.0/0.6	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 281/10.2/8.4/43.0/0.8	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 323/15.5/9.9/45.0/0.6	
おひるごはん	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
	<p>鉄分強化! ふりかけご飯 照り焼きハンバーグ トマトと小松菜のツナマヨサラダ スープ</p>	<p>ご飯 カラスカレイのおかか煮 白菜と人参のサラダ 鶏汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>ご飯 豚肉のみそ漬け炒め 千んげん菜の煮物 すまし汁</p>	<p>ご飯 豆腐の野菜煮 大根と鶏肉の甘辛炒め みそ汁</p>	<p>ご飯 鶏肉と野菜のバターソテー きゅうりのわかめサラダ みそ汁</p>	<p>ほうれん草のスパゲッティ アスパラのポテトサラダ スープ</p>	休園日
栄養価	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 322/10.9/11.5/45.5/0.8	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 280/11.1/7.8/42.9/0.8	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 248/10.2/5.2/41.2/0.6	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 294/12.8/10.3/39.9/0.5	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 253/9.2/7.1/39.8/0.8	Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 252/11.7/8.6/33.8/0.6	

※都合により、献立を変更する場合がございます。