

3月

リトルキッズ献立カレンダー 前半



実習保育園

	月	火	水	木	金 3月1日	土 3月2日	日 3月3日		
おひるごはん					<p>●とほろひなちらし寿司 かぼちゃのどろみ煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>鉄分強化! ふりかけご飯 カラスカレイのパン粉焼き 炒り粉豆腐 みそ汁 ヨーグルト</p>	休園日		
					Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 299/10.7/6.5/51.1/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 342/14.0/13.5/43.2/0.7			
おひるごはん	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日	3月9日	3月10日		
	<p>チキンカレーライス トマトのツナ和え スープ フルーツ(りんご)</p>	<p>ご飯 豆腐と豚肉のうま煮 さつま芋のごまサラダ みそ汁</p>	<p>ツナピラフ 鶏肉のマカロニみそグラタン風 スープ フルーツ(バナナ)</p>	<p>ご飯 鮭のごま焼き 大根のおかか煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ご飯 白糸タラの衣焼き 豚肉と白菜の炒め煮 みそ汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>ご飯 鶏肉と野菜の和風煮 さつま芋とごぼうの金平炒め みそ汁</p>	休園日		
				Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 291/9.9/7.9/47.6/1.2	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 309/12.1/8.3/48.9/0.6	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 305/10.9/7.8/48.5/0.8		Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/12.2/6.6/39.2/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 260/12.9/5.7/41.0/0.7
おひるごはん	3月11日	3月12日	3月13日	3月14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 豆腐と鶏肉のどろみ煮 切干大根炒め みそ汁</p>	<p>ご飯 豚肉の春キャベツ蒸し きゅうりのごま和え みそ汁</p>	<p>鉄分強化! ふりかけご飯 助宗タラの揚げ煮 ささみとかぼちゃのマッシュサラダ みそ汁 フルーツ(不知火)</p>	<p>●ホワイトデー☆クリームライス トマトとアスパラのツナサラダ スープ フルーツ(りんご)</p>					
				Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 291/14.0/5.5/48.2/0.6	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 253/10.5/7.1/38.3/0.5	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 278/14.4/5.3/46.2/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 306/11.0/8.6/48.1/1.2		

※都合により、献立を変更する場合がございます。