



リトルキッズ献立カレンダー 後半



	月	火	水	木	金	土	日
			3月15日	3月16日	3月17日	3月18日	3月19日
おひるごはん							
			ご飯 助宗タラのパン粉焼き もやしのささみサラダ みそ汁 フルーツ(バナナ)	ご飯 チキンのBBQソースがけ きゅうりのごまサラダ みそ汁	春色丼 かぼちゃの煮物 すまし汁 フルーツ(りんご)	(2)煮込みハンバーグ コーンピラフ 煮込みハンバーグ スパゲッティサラダ 豆腐スープ・フルーツ(オレンジ)	ご飯 豚肉と野菜のみそ炒め 白菜とコーンのわかめサラダ すまし汁
栄養価			Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 251/12.0/4.5/41.6/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/10.8/9.6/38.2/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 296/10.4/6.6/51.8/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 348Kcal/11.5g/11.8g/51.4g/1.1g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 249/9.9/6.1/39.5/0.8
	3月20日	3月21日	3月22日	3月23日	3月24日	3月25日	3月26日
おひるごはん							
	チキンカレーライス トマトのツナ和え スープ フルーツ(不知火)	ご飯 豆腐と豚肉のうま煮 さつまいもサラダ みそ汁	(3)そぼろの混ぜ寿司 そぼろの混ぜ寿司 小松菜の白和え みそ汁 フルーツ(りんご)	鉄分強化!ふいかけご飯 鮭のごま焼き 大根の煮物 みそ汁 フルーツ(不知火)	厚揚げの肉うどん 春野菜のおかかサラダ ヨーグルト	(5)ハヤシライス ハヤシライス 白菜サラダ スープ フルーツ(黄桃缶)	ご飯 白系タラのから揚げ 鶏レバーの野菜炒め すまし汁 フルーツ(りんご)
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 291/10.0/7.8/47.0/1.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 308/11.7/7.2/51.4/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 273Kcal/9.0g/6.9g/46.1g/0.9g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/12.0/5.7/40.5/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 258/12.4/9.0/31.4/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 279Kcal/8.0g/5.2g/51.4g/1.2g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/13.1/6.4/43.4/0.8
	3月27日	3月28日	3月29日	3月30日	3月31日		
おひるごはん							
	ご飯 豆腐と鶏肉の甘辛煮 切干大根炒め みそ汁	(4)カレーライス カレーライス 大根のマヨサラダ スープ フルーツ(白桃缶)	ご飯 助宗タラのパン粉焼き もやしのささみサラダ みそ汁 フルーツ(バナナ)	ご飯 チキンのBBQソースがけ きゅうりのごまサラダ みそ汁	春色丼 かぼちゃの煮物 すまし汁 フルーツ(りんご)	暖かくなって花が咲き始めていますね タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠	
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 294/14.0/5.6/48.4/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 293Kcal/9.4g/7.6g/48.8g/0.9g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 251/12.0/4.5/41.6/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/10.8/9.6/38.2/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 296/10.4/6.6/51.8/0.7		

※都合により、献立を変更する場合がございます。