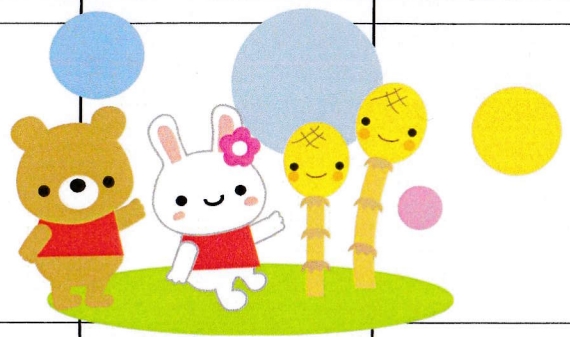
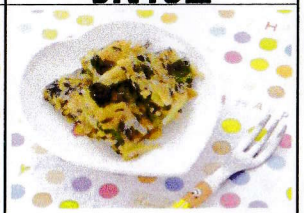
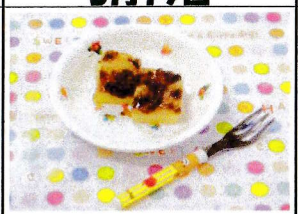
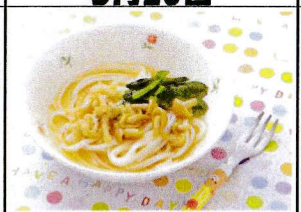
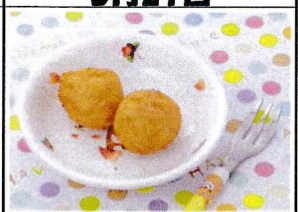
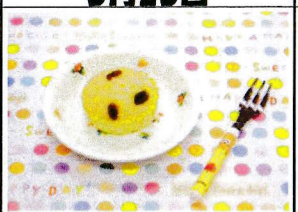
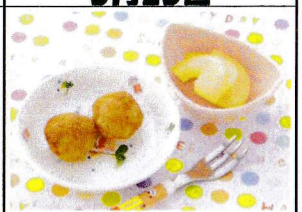
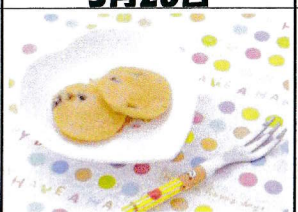
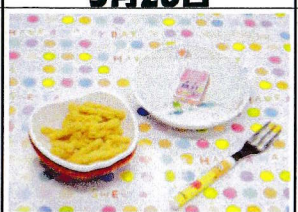
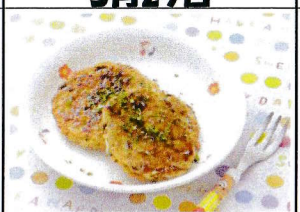
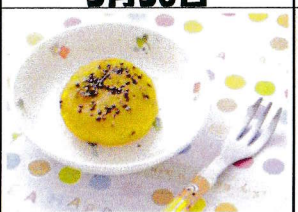
# 3月 献立カレンダー 後半

タイヘイ株式会社

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | 3月15日 | 3月16日 | 3月17日 | 3月18日 |
| おやつ |  | | | 牛乳<br>ひじきのお好み焼き | 牛乳<br>かぼちゃまんじゅう | 牛乳<br>納豆巻き |  牛乳<br>小松菜のおやき |
| 栄養価 | | | | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>190/11.4/9.3/14.6/0.4 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>139/4.4/4.7/20.0/0.1 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>176/7.8/5.0/25.1/0.3 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>135/6.9/5.8/13.9/0.2 |
| | 3月19日 | 3月20日 | 3月21日 | 3月22日 | 3月23日 | 3月24日 | 3月25日 |
| おやつ |  牛乳<br>豆乳小豆ういろう |  牛乳<br>ミニなめこうどん |  牛乳<br>バナナおからドーナツ | 牛乳<br>かぼちゃようかん<br>フルーツ(いよかん) |  牛乳<br>レーズン蒸しパン | 牛乳<br>パワフルおにぎり<br>スティック野菜 |  牛乳<br>さと丸くん<br>フルーツ(洋梨缶) |
| 栄養価 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>207/5.7/4.4/35.5/0.1 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>154/6.3/4.7/21.7/1.4 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>197/5.2/7.3/27.1/0.4 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>145/4.1/3.6/24.9/0.1 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>171/6.0/4.5/25.5/0.4 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>193/6.1/6.8/26.3/0.3 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>132/3.9/4.4/18.8/0.2 |
| | 3月26日 | 3月27日 | 3月28日 | 3月29日 | 3月30日 | 3月31日 | |
| おやつ |  牛乳<br>米粉のパンケーキ | 牛乳<br>さけコーンおにぎり |  牛乳<br>くるくるマカロニきなこ<br>鉄分強化チーズ |  牛乳<br>ひじきのお好み焼き |  牛乳<br>かぼちゃまんじゅう | 牛乳<br>納豆巻き | |
| 栄養価 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>165/6.2/5.6/21.9/0.4 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>170/8.0/4.3/24.0/0.1 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>156/8.0/8.3/12.5/0.5 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>190/11.4/9.3/14.6/0.4 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>139/4.4/4.7/20.0/0.1 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g<br>176/7.8/5.0/25.1/0.3 | |

※都合により、献立を変更する場合がございます。