4月 献立カレンダー 前半

タイヘイ株式会社

	月	火	水	木	金	土	日
							4月1日
おひるごはん							 ご飯 ツナコロッケ 豚肉と白菜の煮物 みそ汁
栄養価							Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 334/10.9/9.9/48.9/0.8
	4月2日	4月3日	4月4日	4月5日	4月6日	4月7日	4月8日
おひるごはん	 豚肉のケチャップパスタ さっぱりコーンサラダ スープ	 鉄分強化！ふりかけご飯 白糸タラの竜田焼き 豚肉と野菜の中華炒め 具だくさん汁	 エビのサクサクかき揚げ丼 白菜のツナ煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	 ハヤシライス 野菜スパゲッティサラダ フルーツ(オレンジ)	 ご飯 ふんわりつくね焼き かぼちゃの煮物 すまし汁	 ご飯 秋鮭のバター醤油焼き 豚じゃが炒め みそ汁 フルーツ(りんご)	 ご飯 豆腐のうま煮 鶏レバーのケチャップ炒め すまし汁 フルーツ(オレンジ)
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 244/10.2/7.6/33.6/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 244/10.3/4.7/39.2/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 348/12.4/9.0/52.9/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/8.3/5.5/47.2/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 334/12.9/10.5/45.4/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 273/12.5/5.3/42.2/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 341/13.4/11.2/45.5/0.8
	4月9日	4月10日	4月11日	4月12日	4月13日	4月14日	
おひるごはん	 チキンライス かぼちゃの豆乳グラタン風 スープ フルーツ(りんご)	 納豆ごはん 秋鮭の磯辺焼き 切り干し大根のえび風味 みそ汁	 ●ひよこライス ハンバーグ すまし汁 フルーツ(オレンジ)	 鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラのパン粉焼き かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁 ヨーグルト	 ポークカレーライス 大根ときゅうりのツナ和え フルーツ(バナナ)	 鶏野菜うどん トマトとブロッコリーの大豆のサラダ フルーツ(オレンジ)	
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 296/9.2/6.4/49.9/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 301/15.9/6.9/42.1/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 285/9.5/8.5/40.6/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 321/14.7/6.4/49.5/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 282/8.2/6.6/46.0/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 280/12.7/11.3/31.3/1.9	

※都合により、献立を変更する場合がございます。