

3月

# 献立カレンダー後半



タイハイ株式会社

月	火	水	木	金	土	日	
おひるごはん	 暖かくなつて花が咲き始めていますね タイハイ(株) 取締役 サポーター 林家たい平 師匠	 ご飯 ハンバーグケチャップソース 香腸サラダ みそ汁 フィルーツ(りんご)	 ご飯 鉄分強化! しいかけご飯 白ネギの豆乳クリームソース キャベツと鶏肉の炒め煮 スープ フィルーツ(いよかん)	 ご飯 キンクアライス じゃがいもトマトの豆サラダ フィルーツ(黄桃缶)	 ご飯 助宗タラの揚げ煮 ひよこの炒り煮 みそ汁 フィルーツ(オレンジ)	 ご飯 カラスカレイのみそ煮 鶏しほりの甘辛炒め すまし汁 フィルーツ(いよかん)	3月16日 265/91/61/435/18 3月17日 292/100/62/478/08 3月18日 328/113/95/471/09 3月19日 288/115/73/431/09 3月20日 295/82/71/480/07 3月21日 299/82/71/480/07 3月22日 313/125/98/417/09 3月23日 265/91/61/435/18 3月24日 292/100/62/478/08 3月25日 328/113/95/471/09 3月26日 288/115/73/431/09 3月27日 299/82/71/480/07 3月28日 281/111/65/439/09 3月29日 260/116/51/407/05 3月30日 266/107/62/405/10 3月31日 283/133/77/382/08
おひるごはん	 ご飯 ハッシュポーク 豆蔵としらみのサラダ みそ汁 フィルーツ(りんご)	 ご飯 ケチャップライス チキンマカロニグラタン風 スープ ヨーグルト フィルーツ(りんご)	 ご飯 助宗タラのごま焼き 大根の佃田煮 みそ汁 フィルーツ(いよかん)	 ご飯 鶏野菜のカレーシチュー トマトアスパラの豆サラダ フィルーツ(バナナ)	 ご飯 豆腐と豚肉のうま煮 小松菜とさつまいものソテー みそ汁	 ご飯 カラスカレイのみそ煮 鶏しほりの甘辛炒め すまし汁 フィルーツ(いよかん)	3月16日 265/91/61/435/18 3月17日 292/100/62/478/08 3月18日 328/113/95/471/09 3月19日 288/115/73/431/09 3月20日 295/82/71/480/07 3月21日 299/82/71/480/07 3月22日 313/125/98/417/09 3月23日 265/91/61/435/18 3月24日 292/100/62/478/08 3月25日 328/113/95/471/09 3月26日 288/115/73/431/09 3月27日 299/82/71/480/07 3月28日 281/111/65/439/09 3月29日 260/116/51/407/05 3月30日 266/107/62/405/10 3月31日 283/133/77/382/08
おひるごはん	 ご飯 春色丼 じゃが芋の甘辛煮 みそ汁 フィルーツ(りんご)	 ご飯 鶏肉の治部煮風 大根のツナ和え みそ汁 フィルーツ(オレンジ)	 ご飯 鉄分強化! しいかけご飯 鶏肉の治部煮風 大根のツナ和え みそ汁 フィルーツ(オレンジ)	 ご飯 春色丼 じゃが芋の甘辛煮 みそ汁 フィルーツ(りんご)	 ご飯 鶏肉の治部煮風 大根のツナ和え みそ汁 フィルーツ(オレンジ)	 ご飯 春色丼 じゃが芋の甘辛煮 みそ汁 フィルーツ(りんご)	3月16日 265/91/61/435/18 3月17日 292/100/62/478/08 3月18日 328/113/95/471/09 3月19日 288/115/73/431/09 3月20日 295/82/71/480/07 3月21日 299/82/71/480/07 3月22日 313/125/98/417/09 3月23日 265/91/61/435/18 3月24日 292/100/62/478/08 3月25日 328/113/95/471/09 3月26日 288/115/73/431/09 3月27日 299/82/71/480/07 3月28日 281/111/65/439/09 3月29日 260/116/51/407/05 3月30日 266/107/62/405/10 3月31日 283/133/77/382/08