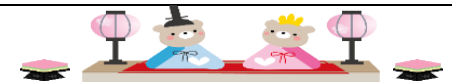


3月 献立カレンダー



	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
				3月1日	3月2日
屋食				赤魚味噌幽庵焼き 高野豆腐煮 味付山菜	ポークソテーBBQソース さつまいのレーズン煮 菜の花のピーナッツ和え
栄養価		kcal	kcal	kcal 143/13.5/3.9/18.3/1.1	kcal 197/7.1/6.6/27.2/1.1
	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日	3月9日
屋食		肉豆腐 焼き餃子 いんげんの胡麻よごし	チキンカレー モロヘイヤのおかか和え フルーツ	サンマ蒲焼き 筍の葱味噌煮 チンゲン菜のピーナッツ和え	豚豚の香味がけ しょうまい 切干ごま和え
栄養価		kcal 129	kcal 90	kcal 85	kcal 165
	3月12日	3月13日	3月14日	3月15日	3月16日
屋食		塩ダレチキン 薩摩芋りんごバター煮風 サラダ春雨	肉団子の中華旨煮 カレーコロッケ ほうれん草の胡麻浸し	白身魚竜田揚げ くずし南瓜のそぼろ餡かけ 菊花菜の花なめこ	具沢山麻婆春雨 彩り白和え フルーツ
栄養価		kcal 107	kcal 165	kcal 103	kcal 105
	3月19日	3月20日	3月21日	3月22日	3月23日
屋食	 日本語クラス			Spring School	
栄養価		kcal	kcal	kcal	kcal
	3月26日	3月27日	3月28日	3月29日	3月30日
屋食		 Spring School		Winter Holiday	
栄養価		kcal	kcal	kcal	kcal