

10月

リトルキッズ献立カレンダー 前半



タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金	土	日				
おひるごはん	<p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>						10月1日 ご飯 豆腐とエビのうま煮 鶏しばりのごまかりん焼き みそ汁				
							Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 305/14.6/8.2/46.3/0.9				
おひるごはん	10月2日 ご飯 カラスカレイのねぎ塩だれ さつま芋と豚肉の甘辛がらみ みそ汁 フルーツ(りんご)	10月3日 ご飯 れんこん鶏つくね マカロニサラダ みそ汁	10月4日 ご飯 豚肉ともやしのさっぱり炒め トマトとコーンのしらすサラダ みそ汁	10月5日 ご飯 ●鮭のちゃんちゃん焼き風(北海道) ●いもち風(北海道) すまし汁 フルーツ(オレンジ)	10月6日 納豆ごはん 豚肉のオニオンソース 小松菜のツナ和え みそ汁	10月7日 鉄分強化! ふりかけご飯 白糸タラのムニエル 鶏肉と白菜のみそ煮 すまし汁 ヨーグルト	10月8日 ご飯 鶏肉の甘酢ケチャップ 切干大根サラダ スープ				
	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 307/9.7/8.7/50.4/0.6						Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 306/10.3/8.1/49.0/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 253/11.5/6.2/38.7/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 271/11.4/5.4/47.7/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 284/13.9/8.9/38.7/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 317/15.0/9.9/43.5/0.7
おひるごはん	10月9日 ほうとう風うどん 小松菜の醤油炒め フルーツ(オレンジ)	10月10日 豚丼 チンゲン菜のひじき煮 みそ汁	10月11日 ご飯 鮭のコロコロ甘辛揚げ コールスローサラダ みそ汁 ヨーグルト	10月12日 ハヤシライス 白菜ときゅうりのサラダ スープ フルーツ(りんご)	10月13日 ご飯 鶏肉のもやし炒め さつま芋のどろどろ煮 すまし汁	10月14日 鉄分強化! ふりかけご飯 助宗タラの生姜煮 茹で豚と大根のきゅうりサラダ みそ汁 ヨーグルト					
	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/11.6/9.3/32.0/0.9						Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 253/10.5/6.2/40.5/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 306/13.0/9.5/45.7/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 271/9.9/6.4/45.7/1.3	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 319/11.3/7.6/52.5/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 255/13.7/4.6/40.8/0.8

※都合により、献立を変更する場合がございます。