

1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 1月1日 | 火 1月2日 | 水 1月3日 | 木 1月4日 | 金 1月5日 | 土 1月6日 | 日 1月7日 |
|--------|--|--|---|--|---|--|--|
| おひるごはん | 三色丼 大根と人参のツナサラダ みそ汁 | ご飯 助宗タラのフライ キャベツの信田煮 具だくさん汁 フルーツ(洋なし缶) | 鶏肉の和豆乳スープパスタ きゅうりとコーンのわかめサラダ フルーツ(黄桃缶) | ご飯 鮭のごま煮 じゃが芋と豚肉の塩金平 みそ汁 アップルゼリー | 鉄分強化! ふりかけご飯 鶏肉の照りボール マカロニツナサラダ みそ汁 | ご飯 白糸タラの漬け焼き 大根と鶏肉のトロみ煮 みそ汁 フルーツ(みかん缶) | ご飯 豚肉とチンゲン菜のあっさり煮 カリフラワーと人参のごまサラダ みそ汁 |
| 栄養価 | kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 291/10.4/8.9/42.8/0.7 | kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 338/14.2/10.1/50.5/0.5 | kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 305/14.2/11.6/36.4/0.7 | kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 269/13.0/4.7/45.2/0.6 | kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 328/12.0/10.6/46.6/0.9 | kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/12.1/5.4/41.1/0.7 | kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 254/10.9/7.0/38.0/0.6 |
| | 1月8日 | 1月9日 | 1月10日 | 1月11日 | 1月12日 | 1月13日 | 1月14日 |
| おひるごはん | ご飯 カラスカレイのコロコロ甘辛揚げ 大根と鶏肉の煮物 みそ汁 フルーツ(白桃缶) | ソース焼きうどん じゃが芋のピーマン炒め みそ汁 アップルゼリー | ご飯 白糸タラのみそ煮 鶏肉と野菜のバター醤油炒め すまし汁 フルーツ(オレンジ) | カレーライス キャベツとかぶの胡麻和え スープ フルーツ(りんご) | ●ツナのおおさおにぎり ●鶏肉と冬野菜の生姜炒め 春雨サラダ フルーツ(バナナ) | 鉄分強化! ふりかけご飯 豚肉の治部煮風 大根とコーンのおかかサラダ みそ汁 | ご飯 エビと白菜のトマト煮込み 鶏レバーの甘辛焼き みそ汁 |
| 栄養価 | kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 313/9.6/10.5/46.9/0.6 | kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 262/11.2/7.1/38.0/1.1 | kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 252/13.2/5.1/39.1/0.7 | kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 283/10.7/6.7/48.8/1.0 | kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 316/10.8/10.6/43.9/0.6 | kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 258/11.0/4.8/44.2/0.7 | kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 286/12.9/6.2/46.0/0.9 |
| おひるごはん | <p>あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願いいたします!</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p> | | | | | | |
| 栄養価 | | | | | | | |

※都合により、献立を変更する場合がございます。