

10月

リトルキッズ献立カレンダー 後半



タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金	土	日
		10月15日	10月16日	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日
おひるごはん		<p>ご飯 鶏肉と白菜のさっぱり炒め かぶとほうれん草のおかか和え みそ汁</p>	<p>ご飯 鮭のみそ焼き じゃが芋のきのこ煮 すまし汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>ご飯 れんこん鶏つくね マカロニツナサラダ みそ汁</p>	<p>納豆ごはん 豚肉のオニオンソース 小松菜のしらす和え みそ汁</p>	<p>鉄分強化！ふりかけご飯 白系タラの竜田揚げ 鶏肉と白菜のみそ煮 すまし汁 ヨーグルト</p>	<p>ご飯 豚肉の甘酢ケチャップ きゅうりのコーンサラダ スープ</p>
		Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	277/12.2/8.5/39.8/0.7	250/10.9/5.1/44.0/0.6	322/11.8/10.0/48.2/0.8	279/13.6/9.2/38.0/0.9	323/14.5/10.3/44.8/0.8
	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日	10月26日	10月27日
おひるごはん		<p>ほうとう風うどん 小松菜の醤油炒め フルーツ(りんご)</p>	<p>豚丼 チンゲン菜のひじき煮 みそ汁</p>	<p>ご飯 鮭フライ コールスローサラダ 鶏汁 ヨーグルト</p>	<p>ハヤシライス 白菜ときゅうりの和え物 スープ フルーツ(バナナ)</p>	<p>ご飯 鶏肉とさつまいものい塩炒め風 スパゲッティサラダ みそ汁</p>	<p>鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの生姜煮 豚肉の大根炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>
		Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	253/11.4/9.4/32.6/0.9	260/10.0/7.6/40.3/0.7	358/18.7/11.1/49.7/0.5	269/9.7/6.7/44.9/1.3	318/11.4/8.6/51.6/0.6
おひるごはん		<p>ご飯 カラスカレイのねぎ塩だれ じゃが芋と豚肉の甘辛がらめ みそ汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>ご飯 鶏肉と白菜のさっぱり炒め トマトとほうれん草のおかか和え みそ汁</p>	<p>ご飯 鮭のみそ焼き じゃが芋のきのこ煮 すまし汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>●パンフキンごはん れんこんのせ鶏つくね スープ フルーツ(オレンジ)</p>	<p>Happy Halloween! たのしそうですね～</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>	
		Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	290/9.6/9.1/46.0/0.6	274/11.9/8.4/39.7/0.7	250/10.9/5.1/44.0/0.6	276/9.4/7.4/45.9/0.6	

※都合により、献立を変更する場合がございます。