



# 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>三色丼 大根と人参のサラダ みそ汁</p>	<p>ご飯 鮭の塩あん煮 じゃが芋と豚肉の金平炒め みそ汁 アップルゼリー</p>	<p>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</p>	<p>ご飯 白糸タラのバター焼き 高野豆腐と野菜のとろみ煮 鶏汁 フルーツ(みかん缶)</p>	<p>ご飯 豚肉と小松菜のあっさり煮 カリフラワーと人参のごまサラダ みそ汁</p>
		<p>Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>266/9.5/7.8/41.6/0.6</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>293/12.7/6.7/47.9/0.8</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>332/12.4/11.2/47.0/0.9</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>255/15.7/4.3/39.5/0.6</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>261/10.6/8.4/37.6/0.6</p>	
おひるごはん	1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	1月12日
	<p>ご飯 助宗タラのココロ甘辛揚げ 大根と鶏肉の煮物 みそ汁 アップルゼリー</p>	<p>ソース焼きうどん じゃが芋のフロッキーサラダ みそ汁</p>	<p>ご飯 白糸タラのケチャップ甘酢あん 鶏肉と野菜の醤油炒め スープ フルーツ(バナナ)</p>	<p>カレーライス キャベツとかぶの和え物 スープ ヨーグルト</p>	<p>ご飯 鶏肉と冬野菜の生姜炒め 春雨サラダ みそ汁</p>	<p>鉄分強化！ふりかけご飯 豚肉と野菜のみそ煮 大根とコーンのおかかサラダ すまし汁</p>	<p>ご飯 エビと白菜のトマト煮込み 鶏レバーとさつま芋のココロ焼き みそ汁</p>
栄養価	<p>Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>292/10.9/7.1/48.0/0.6</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>254/11.1/8.4/34.3/1.1</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>264/12.8/6.7/40.0/0.7</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>288/11.0/7.8/47.4/1.0</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>285/10.4/8.6/43.3/0.8</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>258/10.2/6.1/42.6/0.8</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>278/12.9/5.7/46.0/0.9</p>
おひるごはん	1月13日	1月14日	<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>				
	<p>鶏肉の和豆乳スープパスタ きゅうりとコーンのひじきサラダ フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ご飯 カラスカレイのサクサクフライ キャベツの信田煮 具だくさん汁 フルーツ(白桃缶)</p>					
栄養価	<p>Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>304/14.3/11.7/38.6/0.7</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>359/12.7/13.4/49.8/0.6</p>					

※都合により、献立を変更する場合がございます。