

12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 12月15日	火 12月16日	水 12月17日	木 12月18日	金 12月19日	土 12月20日	日 12月21日
おひるごはん	 ご飯 鶏肉の生姜照り焼き きゅうりと人参のおかか和え みそ汁	 ご飯 豆腐と野菜のうま煮 さつま芋金平風 みそ汁	 ナポリタン 大根のコーンサラダ スープ	 ご飯 しらすのかき揚げ 野菜と挽肉のとうろ煮 みそ汁 フルーツ(りんご)	 鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉と野菜のごまだれ炒め かぼちゃと水菜の煮物 スープ	 ご飯 助宗タラのみそ焼き 白菜と豚肉のひじき煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ)	 ハヤシライス キャベツのツナおかか和え スープ フルーツ(パイン缶)
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 261/10.8/7.6/39.9/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 313/10.8/6.8/54.9/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 248/11.1/8.7/33.3/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 330/9.8/9.2/55.4/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 284/9.8/8.4/46.5/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 289/14.7/7.9/41.6/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 294/11.5/8.6/45.9/1.4
	12月22日	12月23日	12月24日	12月25日	12月26日	12月27日	12月28日
おひるごはん	 鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉と野菜の甘酢炒め ●冬至かぼちゃ みそ汁	 おろしあんかけうどん さつま芋のツナ炒め フルーツ(オレンジ)	 ご飯 白系タラの衣焼き かぶと人参の炒め煮 鶏汁 フルーツ(バナナ)	 コーンチャップライス ●照り焼きローストチキン ●ポテサラツリー スープ フルーツ(みかん)	 ご飯 厚揚げと野菜の煮物 かぼちゃと豚肉のバター炒め みそ汁	 豚丼 サラダパゲティ みそ汁	 ご飯 鮭のムニエル 鶏レバーと野菜のケチャがらめ スープ ヨーグルト
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 275/9.9/6.6/47.7/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 300/11.5/9.2/43.5/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 272/13.5/6.8/41.0/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 289/11.7/7.8/47.0/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 301/13.1/9.9/42.5/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 307/12.2/9.4/44.9/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 313/17.1/9.4/42.3/0.7
	12月29日	12月30日	12月31日				
おひるごはん	 ご飯 鶏肉の生姜照り焼き きゅうりと人参のおかか和え みそ汁	 ご飯 豆腐と野菜のうま煮 さつま芋金平風 みそ汁	 ナポリタン 大根のコーンサラダ スープ	 メリークリスマス!みんな とても楽しそうですね~。 タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠			
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 261/10.8/7.6/39.9/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 313/10.8/6.8/54.9/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 248/11.1/8.7/33.3/0.7				

※都合により、献立を変更する場合がございます。