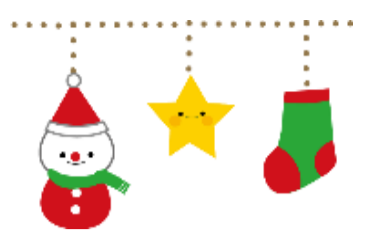


12月

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 12月1日	金 12月2日	土 12月3日	日 12月4日
おひるごはん							
				ご飯 鶏ささみの彩り中華炒め 小松菜とれんこんの煮物 みそ汁	カレーうどん かぼちゃのごまからめ フルーツ(バナナ)	豚丼 小松菜のツナサラダ みそ汁	ご飯 助宗タラのムニエル 鶏レバーのごま炒め すまし汁 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 252/11.4/4.3/43.7/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 302/10.4/8.8/46.1/1.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/11.3/7.2/38.0/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 304/16.1/8.6/41.9/0.8
	12月5日	12月6日	12月7日	12月8日	12月9日	12月10日	12月11日
おひるごはん							
	鉄分強化! ふいかけご飯 ひとくちチキンカツ 大根と人参のおかかサラダ みそ汁	ご飯 豆腐と鶏肉の甘辛きつね煮 さつま芋金平 みそ汁	ナポリタン きゅうりのコーンサラダ スープ	ご飯 しらすのかき揚げ かぼちゃのさっぱりサラダ 鶏汁 フルーツ(りんご)	ご飯 ●鶏肉と冬野菜の豆乳クリーム煮 じゃが芋のツナ和え フルーツ(バナナ)	鉄分強化! ふいかけご飯 鮭のみそ焼き キャベツとコーンのサラダ すまし汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 豆腐の和風きのこあん きゅうりと人参のサラダ みそ汁
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 325/11.3/12.5/43.3/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 329/12.1/8.2/53.6/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 245/11.4/7.4/33.9/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 366/10.1/11.7/58.6/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 326/13.7/10.0/47.3/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 238/11.0/4.6/39.7/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 255/11.6/7.2/38.1/0.6
おひるごはん	12月12日	12月13日	12月14日	<p>メリークリスマス!みんなとても楽しそうですね~。</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>			
	ご飯 白糸タラと野菜の炒め物 豚肉の根菜煮 みそ汁 フルーツ(パイン缶)	ご飯 鶏肉のごまみそ焼き キャベツときゅうりのひじきサラダ すまし汁	ご飯 助宗タラのから揚げ チンゲン菜のそぼろ煮 みそ汁 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 308/13.7/7.0/49.4/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 268/10.2/9.6/37.0/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 279/13.2/8.4/38.7/0.6				

*都合により、献立を変更する場合がございます。

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	火	水	木 12月15日	金 12月16日	土 12月17日	日 12月18日
おひるごはん		<p>メリークリスマス!みんなとても楽しそうですね~。</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>		<p>ご飯 鶏ささみの彩り中華炒め 小松菜とれんこんの煮物 みそ汁</p>	<p>カレーうどん かぼちゃのごまがらめ フルーツ(バナナ)</p>	<p>豚丼 小松菜のツナサラダ みそ汁</p>	<p>ご飯 助宗タラのムニエル 鶏レバーのごま炒め すまし汁 ヨーグルト</p>
				Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g
	12月19日	12月20日	12月21日	12月22日	12月23日	12月24日	12月25日
おひるごはん	<p>鉄分強化!ふいかけご飯 ひとくちチキンカツ 大根と人参のおかかサラダ みそ汁</p>	<p>ご飯 豆腐と鶏肉の甘辛きつね煮 さつま芋金平 みそ汁</p>	<p>ナポリタン きゅうりのコーンサラダ スープ</p>	<p>ご飯 しらすのかき揚げ ●冬至かぼちゃ 鶏汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>ツナコーンピラフ ●ローストチキン ●雪だるまポテトサラダ スープ フルーツ(バナナ)</p>	<p>鉄分強化!ふいかけご飯 鮭のみそ焼き キャベツとパプリカのサラダ すまし汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ご飯 豆腐の和風きのこあん きゅうりと人参のサラダ みそ汁</p>
	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g
	12月26日	12月27日	12月28日	12月29日	12月30日	12月31日	
おひるごはん	<p>ご飯 白糸タラと野菜の炒め物 豚肉の根菜煮 みそ汁 フルーツ(パイナップル)</p>	<p>ご飯 鶏肉のごまみそ焼き キャベツときゅうりのひじきサラダ すまし汁</p>	<p>ご飯 助宗タラのから揚げ 千んげん菜のとぼろ煮 みそ汁 フルーツ(洋梨缶)</p>	<p>ご飯 鶏ささみの彩り中華炒め 小松菜とれんこんの煮物 みそ汁</p>	<p>カレーうどん かぼちゃのごまがらめ フルーツ(りんご)</p>	<p>豚丼 小松菜のツナサラダ みそ汁</p>	
	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g
	308/13.7/7.0/49.4/0.6	268/10.2/9.6/37.0/0.8	274/12.2/7.5/40.2/0.6	252/11.4/4.3/43.7/0.6	301/10.4/8.9/46.6/1.2	257/11.3/7.2/38.0/0.7	

※都合により、献立を変更する場合がございます。

12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 12月1日	金 12月2日	土 12月3日	日 12月4日
おやつ							
栄養価				Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 157/6.3/5.4/23.8/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 175/6.1/6.3/26.1/0.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 150/5.5/4.8/22.7/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 163/3.7/3.5/32.4/0.1
	12月5日	12月6日	12月7日	12月8日	12月9日	12月10日	12月11日
おやつ							
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 200/8.4/9.2/21.7/0.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 181/8.4/7.0/22.3/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 148/5.1/4.1/24.6/0.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 187/7.4/10.0/17.9/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 197/6.0/6.5/30.7/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 194/9.8/7.9/20.7/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 157/7.4/6.4/19.4/0.4
	12月12日	12月13日	12月14日	<p>メリークリスマス!みんなとても楽しそうですね~。</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>			
おやつ							
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 127/4.4/3.5/20.7/0.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 179/5.5/7.3/24.4/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 111/4.1/3.6/18.8/0.1				

※都合により、献立を変更する場合がございます。

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	火	水	木	金	土	日	
				12月15日	12月16日	12月17日	12月18日	
おやつ	<p>メリークリスマス!みんなとても楽しそうですね~。</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>			<p>牛乳 おからホットケーキ</p>	<p>牛乳 パワフルおにぎり スティック野菜</p>	<p>牛乳 ふんわりどら焼き</p>	<p>牛乳 さつま芋ようかん フルーツ(パイナップル)</p>	
栄養価				Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g		157/6.3/5.4/23.8/0.4	175/6.1/6.3/26.1/0.3	150/5.5/4.8/22.7/0.4
	12月19日	12月20日	12月21日	12月22日	12月23日	12月24日	12月25日	
おやつ	<p>牛乳 マカロニ豆乳クリームソース</p>	<p>牛乳 肉まん風</p>	<p>牛乳 人参おかかおにぎり トマト</p>	<p>牛乳 チーズスコーン</p>	<p>牛乳 ●洋なしの米粉蒸しケーキ</p>	<p>牛乳 ミニ肉きつねうどん</p>	<p>牛乳 きなこ豆乳パンケーキ</p>	
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g		Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g		Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g		Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	
	200/8.4/9.2/21.7/0.3	181/8.4/7.0/22.3/0.6	148/5.1/4.1/24.6/0.2	187/7.4/10.0/17.9/1.1	175/4.3/4.0/31.0/0.4	194/9.8/7.9/20.7/0.7	157/7.4/6.4/19.4/0.4	
	12月26日	12月27日	12月28日	12月29日	12月30日	12月31日		
おやつ	<p>牛乳 おふのお汁粉風 フルーツ(黄桃缶)</p>	<p>牛乳 おとうふドーナツ</p>	<p>牛乳 かぼちゃ茶巾 フルーツ(りんご)</p>	<p>牛乳 おからホットケーキ</p>	<p>牛乳 パワフルおにぎり スティック野菜</p>	<p>牛乳 ふんわりどら焼き</p>		
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g		Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g		Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g		Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	
	127/4.4/3.5/20.7/0.1	179/5.5/7.3/24.4/0.4	110/4.0/3.7/19.1/0.1	157/6.3/5.4/23.8/0.4	175/6.1/6.3/26.1/0.3	150/5.5/4.8/22.7/0.4		

※都合により、献立を変更する場合がございます。