



# 9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	金 9月1日	土 9月2日	日 9月3日
おひるごはん							
					ご飯 さつま芋コロッケ ほうれん草と人参サラダ 具だくさんスープ	ご飯 助宗タラのおろしソース 鶏じゃが炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 豆腐と野菜の煮物 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 354/9.7/10.4/58.6/0.5	kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 266/12.1/5.9/43.3/0.6	kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 270/13.1/6.5/41.6/0.9
	9月4日	9月5日	9月6日	9月7日	9月8日	9月9日	9月10日
おひるごはん							
	なすのナポリタン 小松菜のツナコーンサラダ スープ	カレーライス 大根ときゅうりのごまサラダ スープ フルーツ(りんご)	鉄分強化! ふりかけご飯 白糸タラの甘酢漬 鶏肉と白菜の煮物 みそ汁 フルーツ(バナナ)	ご飯 千キンソテー キンゲン菜と人参のしらす和え みそ汁	●さつま芋おにぎり 豚肉ときこのこのみそ炒め きゅうりとキャベツのサラダ フルーツ(りんご)	ご飯 鮭の和風ムニエル 鶏ささみと大根のとうろみ煮 みそ汁 ヨーグルト	納豆ごはん 鶏肉のから揚げ 白菜と人参のおかか和え みそ汁
栄養価	kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/11.4/9.6/31.8/0.9	kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 291/10.3/7.6/48.3/1.0	kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 284/12.3/6.5/45.4/0.8	kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 290/11.9/9.7/39.4/0.9	kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 275/10.1/6.8/46.0/0.5	kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 290/16.5/7.4/41.5/0.7	kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 325/14.6/12.6/39.6/0.7
	9月11日	9月12日	9月13日	9月14日	<p>ススキとコスモスが綺麗ですね〜。</p> <p>タイハイ(株)            応援サポーター            林家たい平師匠</p>		
おひるごはん							
	肉みそ和えうどん キンゲン菜の信田煮 すまし汁	鶏ささみの甘辛丼 豆乳ポテトサラダ みそ汁	ご飯 カラスカレイの磯パン粉揚げ 切干大根の煮物 みそ汁 フルーツ(バナナ)	鉄分強化! ふりかけご飯 鶏肉と小松菜の中華炒め かぼちゃとおぎのサラダ スープ			
栄養価	kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 254/11.6/7.8/33.4/1.0	kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 249/11.8/2.4/47.5/0.6	kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 337/13.5/11.9/45.5/0.5	kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 274/9.3/7.5/44.4/0.8			

※都合により、献立を変更する場合がございます。



# 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 9月15日	土 9月16日	日 9月17日	
おひるごはん					<p>ススキとコスモスが綺麗ですね～。</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 さつま芋コロッケ ほうれん草と人参サラダ 具だくさんスープ</p>	<p>ご飯 助宗タラのおろしソース 鶏じゃが炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ご飯 豆腐と野菜の煮物 鶏しゃーの甘辛焼き みそ汁</p>
	栄養価					kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 355/9.7/10.4/59.1/0.5	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 266/12.1/5.9/43.3/0.6	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 270/13.1/6.5/41.6/0.9
おひるごはん	9月18日	9月19日	9月20日	9月21日	9月22日	9月23日	9月24日	
	<p>なすのナポリタン 小松菜のツナコーンサラダ スープ</p>	<p>カレーライス 大根とアスパラのごまサラダ スープ フルーツ(黄桃缶)</p>	<p>鉄分強化! ふいかけご飯 白糸タラの甘酢漬 鶏肉と白菜の煮物 みそ汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>ご飯 千キンソテー 千ゲン菜と人参のしらす和え みそ汁</p>	<p>ご飯 豚肉とさつま芋のみそ炒め きゅうりとキャベツのサラダ すまし汁</p>	<p>ご飯 鮭の和風ムニエル 鶏ささみと大根のとりみ煮 みそ汁 ヨーグルト</p>	<p>納豆ごはん 鶏肉のから揚げ 白菜と人参のおかか和え みそ汁</p>	
栄養価	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/11.4/9.6/31.8/0.9	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 297/10.9/7.6/48.8/1.0	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 283/12.2/6.6/45.7/0.8	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 290/11.9/9.7/39.4/0.9	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 290/10.5/6.2/49.3/0.7	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 290/16.5/7.4/41.5/0.7	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 325/14.6/12.6/39.6/0.7	
おひるごはん	9月25日	9月26日	9月27日	9月28日	9月29日	9月30日		
	<p>肉みそ和えうどん 千ゲン菜の信田煮 すまし汁</p>	<p>鶏ささみの甘辛丼 豆乳ポテトサラダ みそ汁</p>	<p>ご飯 カラスカレイの磯パン粉揚げ 切干大根の煮物 みそ汁 フルーツ(バナナ)</p>	<p>鉄分強化! ふいかけご飯 鶏肉と小松菜の中華炒め かぼちゃとねぎのサラダ スープ</p>	<p>人参ライス ●さつま芋のお月見コロッケ トマトとほうれん草の冷しゃぶサラダ ●フルーツ(うさちゃんりんご)</p>	<p>ご飯 助宗タラのおろしソース 鶏じゃが炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>		
栄養価	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 254/11.6/7.8/33.4/1.0	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 249/11.8/2.4/47.5/0.6	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 337/13.5/11.9/45.5/0.5	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 274/9.3/7.5/44.4/0.8	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 392/9.4/12.3/64.8/0.4	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 266/12.1/5.9/43.3/0.6		

※都合により、献立を変更する場合がございます。



# 1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 9月1日	土 9月2日	日 9月3日
おやつ							
栄養価					Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 143/3.9/4.0/24.7/0.1	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 182/7.3/9.6/18.1/1.0	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 146/5.6/4.8/21.8/0.4
	9月4日	9月5日	9月6日	9月7日	9月8日	9月9日	9月10日
おやつ							
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 197/7.9/7.9/25.2/0.3	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 136/4.2/4.1/24.0/0.2	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 171/6.9/8.7/17.6/0.5	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 186/8.4/7.7/22.3/0.4	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 162/7.0/5.6/22.7/0.4	Kcal/タンパク/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/脂質g/炭水化物g/塩分g 157/6.3/5.4/23.8/0.4
	9月11日	9月12日	9月13日	9月14日	<p>ススキとコスモスが綺麗ですね～。</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/脂質g/炭水化物g/塩分g 174/5.8/6.1/26.6/0.3	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 123/4.5/4.2/18.4/0.2	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 166/4.0/4.1/31.1/0.1	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 157/7.4/6.4/19.4/0.4			

※都合により、献立を変更する場合がございます。



# 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 9月15日	土 9月16日	日 9月17日
おやつ				<p>ススキとコスモスが綺麗ですね〜。</p>	<p>牛乳 寒天ポンチ</p>	<p>牛乳 チーズスコーン</p>	<p>牛乳 ふわわりどら焼き</p>
栄養価				タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平 師匠	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 143/3.9/4.0/24.7/0.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 182/7.3/9.6/18.1/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 146/5.6/4.8/21.8/0.4
	9月18日	9月19日	9月20日	9月21日	9月22日	9月23日	9月24日
おやつ	<p>牛乳 鶏とほろチャーハン</p>	<p>牛乳 大学かぼちゃ フルーツ(洋梨缶)</p>	<p>牛乳 粉豆腐のドーナツ</p>	<p>牛乳 マカロニツナポテト焼き</p>	<p>牛乳 きな粉蒸しパン</p>	<p>牛乳 肉まん風</p>	<p>牛乳 おからホットケーキ</p>
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 197/7.9/7.9/25.2/0.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 136/4.2/4.1/24.0/0.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 171/6.9/8.7/17.6/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 186/8.4/7.7/22.3/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 162/7.0/5.6/22.7/0.4	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 157/6.3/5.4/23.8/0.4
	9月25日	9月26日	9月27日	9月28日	9月29日	9月30日	
おやつ	<p>牛乳 チーズ入りふりかけおにぎり スティック野菜</p>	<p>牛乳 人参のおやき フルーツ(オレンジ)</p>	<p>牛乳 さつまいもの黄金焼き フルーツ(りんご)</p>	<p>牛乳 きなご豆乳パンケーキ</p>	<p>牛乳 寒天ポンチ</p>	<p>牛乳 チーズスコーン</p>	
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 174/5.8/6.1/26.6/0.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 123/4.5/4.2/18.4/0.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 166/4.0/4.1/31.1/0.1	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	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 143/3.9/4.0/24.7/0.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 182/7.3/9.6/18.1/1.0	

※都合により、献立を変更する場合がございます。