



リトルキッズ献立カレンダー 前半



タイハイ株式会社

| | 月 7月1日 | 火 7月2日 | 水 7月3日 | 木 7月4日 | 金 7月5日 | 土 7月6日 | 日 7月7日 |
|--------|--|--|--|--|--|--|---|
| おひるごはん | | | | | | | |
| | ご飯 鮭の磯風味焼き 切干大根と挽肉のどろみ煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ) | ひじきのコーンご飯 鶏ささみと野菜のおかか煮 キンゲン菜のお豆腐ごまサラダ みそ汁 | ご飯 白糸タラのムニエル 小松菜と豚肉の炒り煮 みそ汁 ●フルーツ(メロン) | 夏野菜カレー 白菜とインゲンのサラダ スープ フルーツ(オレンジ) | ●セタそうめん なすと玉ねぎの味噌とほろ ジャガイモの煮物 フルーツ(バナナ) | 鉄分強化! ふいかけご飯 しらすのかき揚げ 豚肉と野菜のバター醤油炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ) | ご飯 豚肉とかぼちゃのみそ炒め 炒り粉豆腐 すまし汁 |
| 栄養価 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 297/14.7/7.5/45.1/0.6 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 291/14.6/5.9/47.5/0.8 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 279/13.2/8.9/38.2/0.5 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 283/8.8/7.7/47.8/1.1 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 247/9.7/5.6/40.4/0.9 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 345/11.8/11.6/51.0/0.9 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 289/12.6/9.1/41.9/0.9 |
| おひるごはん | | | | | | | |
| | ご飯 助宗タラの煮付け 野菜と鶏肉のコーン炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ) | ソース焼きうどん さつま芋のツナサラダ みそ汁 | ご飯 キンと夏野菜のトマト煮 もやしとオクラのサラダ スープ | ご飯 カラスカレイのごま衣焼き 白菜の油揚げのとほろ煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ) | 鶏肉の甘辛丼 かぼちゃときゅうりのサラダ みそ汁 | 鉄分強化! ふいかけご飯 助宗タラとじゃが芋のみそ煮 豚肉と大根のさっぱり炒め すまし汁 ヨーグルト | ご飯 豆腐とエビのくずし煮 鶏レバーの甘辛炒め みそ汁 |
| 栄養価 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 241/12.1/4.0/40.7/0.7 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 276/11.4/8.7/38.5/1.2 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 261/10.3/8.4/37.9/0.7 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 315/11.6/11.9/42.8/0.7 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 262/8.9/7.2/43.6/0.7 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 293/15.0/6.9/45.1/0.7 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/14.3/7.0/45.2/0.9 |
| おひるごはん | <p>アサガオが綺麗に咲いていますね~</p> | | | | | | |
| | <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p> | | | | | | |
| 栄養価 | <p>※都合により、献立を変更する場合がございます。</p> | | | | | | |



1トルキッズ献立カレンダー 後半



タイハイ株式会社

| | 月 7月15日 | 火 7月16日 | 水 7月17日 | 木 7月18日 | 金 7月19日 | 土 7月20日 | 日 7月21日 |
|--------|--|--|---|--|---|--|---|
| おひるごはん | | | | | | | |
| | ご飯 鮭の磯風味焼き 切干大根と挽肉のとろみ煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ) | ひじきのコーンご飯 鶏ささみと野菜のおかか煮 キンゲン菜のお豆腐ごまサラダ みそ汁 | ご飯 白糸タラのムニエル 小松菜と豚肉の炒り煮 みそ汁 アップルゼリー | 夏野菜カレー 白菜とインゲンのサラダ スープ フルーツ(オレンジ) | ●盛岡名物じゃじゃ麺風 キャベツと油揚げの炒め物 すまし汁 フルーツ(バナナ) | 鉄分強化! ふいかけご飯 しらすのかき揚げ 豚肉と野菜のバター醤油炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ) | ご飯 豚肉とかぼちゃのみそ炒め 炒り粉豆腐 すまし汁 |
| 栄養価 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 297/14.7/7.5/45.1/0.6 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/14.7/5.9/47.6/0.8 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 291/13.0/9.0/41.2/0.5 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 283/8.8/7.7/47.8/1.1 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 254/10.7/9.3/33.5/1.0 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 345/11.8/11.6/51.0/0.9 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 289/12.6/9.1/41.9/0.9 |
| | 7月22日 | 7月23日 | 7月24日 | 7月25日 | 7月26日 | 7月27日 | 7月28日 |
| おひるごはん | | | | | | | |
| | ご飯 助宗タラの煮付け 野菜と鶏肉のコーン炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ) | ソース焼きうどん さつま芋のツナサラダ みそ汁 | ご飯 キンと夏野菜のトマト煮 もやしとオクラのサラダ スープ | ご飯 カラスカレイのごま衣焼き 白菜の油揚げのそぼろ煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ) | 鶏肉の甘辛丼 かぼちゃときゅうりのサラダ みそ汁 | 鉄分強化! ふいかけご飯 助宗タラとじゃが芋のみそ煮 豚肉と大根のさっぱり炒め すまし汁 ヨーグルト | ご飯 豆腐とエビのくずし煮 鶏レバーの甘辛炒め みそ汁 |
| 栄養価 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 241/12.1/4.0/40.7/0.7 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 276/11.4/8.7/38.5/1.2 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 261/10.3/8.4/37.9/0.7 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 315/11.6/11.9/42.8/0.7 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 262/8.9/7.2/43.6/0.7 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 293/15.0/6.9/45.1/0.7 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/14.3/7.0/45.2/0.9 |
| | 7月29日 | 7月30日 | 7月31日 | アサガオが綺麗に咲いていますね~ タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠 | | | |
| おひるごはん | | | | | | | |
| | ご飯 鮭の磯風味焼き 切干大根と挽肉のとろみ煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ) | ひじきのコーンご飯 鶏ささみと野菜のおかか煮 キンゲン菜のお豆腐ごまサラダ みそ汁 | ご飯 白糸タラのムニエル 小松菜と豚肉の炒り煮 みそ汁 フルーツ(バナナ) | *都合により、献立を変更する場合がございます。 | | | |
| 栄養価 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 297/14.7/7.5/45.1/0.6 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 291/14.6/5.9/47.5/0.8 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 282/13.1/8.9/39.0/0.5 | | | | |



| | 月 7月1日 | 火 7月2日 | 水 7月3日 | 木 7月4日 | 金 7月5日 | 土 7月6日 | 日 7月7日 |
|-----|--|--|--|--|--|--|---|
| おやつ | | | | | | | |
| 栄養価 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 169/4.3/4.0/29.7/0.4 | 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 137/6.4/7.1/13.8/0.2 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 179/5.4/8.7/21.9/0.5 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 189/7.9/6.9/25.9/0.3 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 142/5.2/4.8/21.1/0.4 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 193/5.6/4.3/34.7/0.1 |
| | 7月8日 | 7月9日 | 7月10日 | 7月11日 | 7月12日 | 7月13日 | 7月14日 |
| おやつ | | | | | | | |
| 栄養価 | 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 171/6.6/5.3/26.6/0.4 | 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 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 119/4.8/5.4/16.2/0.2 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 192/7.8/7.5/25.0/0.5 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 182/8.9/7.7/21.4/0.3 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 183/10.9/8.9/17.9/0.1 |
| おやつ | | <p>アサガオが綺麗に咲いていますね～</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p> | | | | | |
| 栄養価 | | | | | | | |

※都合により、献立を変更する場合がございます。

| | 月 7月15日 | 火 7月16日 | 水 7月17日 | 木 7月18日 | 金 7月19日 | 土 7月20日 | 日 7月21日 | |
|-----|--|--|--|--|--|--|---|--|
| おやつ | | | | | | | | |
| 栄養価 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 169/4.3/4.0/29.7/0.4 | 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 137/6.4/7.1/13.8/0.2 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 179/5.4/8.7/21.9/0.5 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 189/7.9/6.9/25.9/0.3 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 142/5.2/4.8/21.1/0.4 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 193/5.6/4.3/34.7/0.1 | |
| | 7月22日 | 7月23日 | 7月24日 | 7月25日 | 7月26日 | 7月27日 | 7月28日 | |
| おやつ | | | | | | | | |
| 栄養価 | 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 171/6.6/5.3/26.6/0.4 | 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 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 119/4.8/5.4/16.2/0.2 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 192/7.8/7.5/25.0/0.5 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 182/8.9/7.7/21.4/0.3 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 183/10.9/8.9/17.9/0.1 | |
| | 7月29日 | 7月30日 | 7月31日 | <p>アサガオが綺麗に咲いていますね~</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 169/4.3/4.0/29.7/0.4 | 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 137/6.4/7.1/13.8/0.2 | | | | | |

※都合により、献立を変更する場合がございます。