



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	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>						
	栄養価						

※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 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	<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)				
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				

※都合により、献立を変更する場合がございます。



	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。