



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 1月1日	木 1月2日	金 1月3日	土 1月4日	日 1月5日	
おひるごはん			<p>三色丼 大根と人参のサラダ みそ汁</p>	<p>ご飯 鮭の塩あん煮 ジャガ芋と豚肉の金平炒め みそ汁 アップルゼリー</p>	<p>鉄分強化! ふいかけご飯 鶏肉の照りポール マカロニツナサラダ みそ汁</p>	<p>ご飯 白糸タラのバター焼き 高野豆腐と野菜のとろみ煮 鶏汁 フルーツ(みかん缶)</p>	<p>ご飯 豚肉と小松菜のあっさり煮 カイフラワーと人参のごまサラダ みそ汁</p>	
			Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	266/9.5/7.8/41.6/0.6	293/12.7/6.7/47.9/0.8	332/12.4/11.2/47.0/0.9	255/15.7/4.3/39.5/0.6	261/10.6/8.4/37.6/0.6
おひるごはん		<p>ご飯 助宗タラのココロ甘辛揚げ 大根と鶏肉の煮物 みそ汁 アップルゼリー</p>	<p>ソース焼うどん ジャガ芋のフロッキーサラダ みそ汁</p>	<p>ご飯 白糸タラのケチャップ甘酢あん 鶏肉と野菜の醤油炒め スープ フルーツ(バナナ)</p>	<p>カレーライス キャベツとかぶの和え物 スープ ヨーグルト</p>	<p>ご飯 鶏肉と冬野菜の生姜炒め 春雨サラダ みそ汁</p>	<p>鉄分強化! ふいかけご飯 豚肉と野菜のみそ煮 大根とコーンのおかかサラダ すまし汁</p>	<p>ご飯 エビと白菜のトマト煮込み 鶏しバーとさつま芋のココロ焼き みそ汁</p>
			Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	292/10.9/7.1/48.0/0.6	254/11.1/8.4/34.3/1.1	264/12.8/6.7/40.0/0.7	288/11.0/7.8/47.4/1.0	285/10.4/8.6/43.3/0.8
おひるごはん		<p>鶏肉の和豆乳スープパスタ きゅうりとコーンのひじきサラダ フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ご飯 カラスカレイのサクサクフライ キャベツの信田煮 具だくさん汁 フルーツ(白桃缶)</p>	<p>あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願いいたします!</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>				
			Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	304/14.3/11.7/38.6/0.7	359/12.7/13.4/49.8/0.6			

※都合により、献立を変更する場合がございます。



1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 1月15日	木 1月16日	金 1月17日	土 1月18日	日 1月19日
おひるごはん	<p>あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願いいたします!</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 ●松風焼き ●紅白なます すまし汁</p>	<p>ご飯 鮭の塩あん煮 じゃが芋と豚肉の金平炒め みぞ汁 フルーツ(みかん)</p>	<p>鉄分強化! ふいかけご飯 鶏肉の照りボール マカロニツナサラダ みぞ汁</p>	<p>ご飯 白糸タラのバター焼き 豆腐と野菜のとうみ煮 鶏汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ご飯 豚肉と小松菜のあっさり煮 さつまいもと人参のごまサラダ みぞ汁</p>	
		Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	265/9.3/7.5/42.1/0.7	282/12.7/6.6/45.3/0.8	328/12.4/11.2/46.0/0.9	258/15.8/4.6/39.8/0.6	293/10.3/8.5/46.3/0.6
おひるごはん	1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日	1月26日
	<p>ご飯 助宗タラのコロコロ甘辛揚げ 大根と鶏肉の煮物 みぞ汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>ソース焼きうどん じゃが芋のフロッコリーサラダ みぞ汁</p>	<p>ご飯 白糸タラのケチャップ甘酢あん 鶏肉と野菜の醤油炒め スープ フルーツ(バナナ)</p>	<p>カレーライス キャベツとかぶの和え物 スープ ヨーグルト</p>	<p>●ツナのおおさおにぎり ●鶏肉と冬野菜の生姜炒め 春雨サラダ フルーツ(バナナ)</p>	<p>鉄分強化! ふいかけご飯 豚肉と野菜のみそ煮 大根とコーンのおかかサラダ すまし汁</p>	<p>ご飯 エビと白菜のトマト煮込み 鶏レバーとさつまいものコロコロ焼き みぞ汁</p>
Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	280/10.8/7.1/46.7/0.6	251/11.3/8.5/33.8/1.1	264/12.8/6.7/40.0/0.7	288/11.0/7.8/47.4/1.0	325/11.3/11.3/46.0/0.6	258/10.2/6.1/42.6/0.8	278/12.9/5.7/46.0/0.9
おひるごはん	1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日		
	<p>鶏肉の和豆乳スープパスタ きゅうりとコーンのひじきサラダ フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ご飯 カラスカレイのサクサクフライ キャベツの信田煮 具だくさん汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>三色丼 大根と人参のサラダ みぞ汁</p>	<p>ご飯 鮭の塩あん煮 じゃが芋と豚肉の金平炒め みぞ汁 フルーツ(みかん)</p>	<p>鉄分強化! ふいかけご飯 鶏肉の照りボール マカロニツナサラダ みぞ汁</p>		
Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	304/14.3/11.7/38.6/0.7	354/12.6/13.5/49.5/0.6	264/9.1/7.8/41.4/0.6	282/12.7/6.6/45.3/0.8	328/12.4/11.2/46.0/0.9		

※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 前半



タイハイ株式会社

	月	火	水 1月1日	木 1月2日	金 1月3日	土 1月4日	日 1月5日
おやつ							
栄養価			Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 143/4.4/4.6/22.6/0.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 173/6.9/5.0/28.3/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 178/6.5/5.7/26.4/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 132/5.1/4.4/19.9/0.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 173/10.8/9.0/13.9/0.5
	1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	1月12日
おやつ							
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 157/7.4/6.4/19.4/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 176/6.0/6.2/26.9/0.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 169/4.8/6.3/24.9/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 175/8.2/6.4/21.6/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 198/8.7/8.8/23.0/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 160/4.2/6.6/24.3/0.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 130/6.6/6.4/13.1/0.1
おやつ			<p>あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願いします!</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	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 195/9.4/7.6/24.4/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 142/3.9/4.0/24.6/0.1					

※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 1月15日	木 1月16日	金 1月17日	土 1月18日	日 1月19日
おやつ	<p>あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願いします!</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 大学かぼちゃ おこめリング</p>	<p>牛乳 レースンおから蒸しパン</p>	<p>牛乳 切干大根の和風米粉千チミ</p>	<p>牛乳 豆乳桃と小豆の二色寒天</p>	<p>牛乳 粉豆腐のお好み焼き</p>	
							栄養価
	1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日	1月26日
おやつ	<p>牛乳 きなこ豆乳パンケーキ</p>	<p>牛乳 チーズふりかけおにぎり スティック野菜</p>	<p>牛乳 ふんわりスコーン</p>	<p>牛乳 厚揚げうどん</p>	<p>牛乳 ごまチーズ蒸しパン</p>	<p>牛乳 かぼちゃの揚げまんじゅう風 フルーツ(りんご)</p>	<p>牛乳 ヘルシーくずもち</p>
	1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日		
おやつ	<p>牛乳 しろすどぼろチャーハン</p>	<p>牛乳 寒天ポンチ</p>	<p>牛乳 大学かぼちゃ おこめリング</p>	<p>牛乳 レースンおから蒸しパン</p>	<p>牛乳 切干大根の和風米粉千チミ</p>		
						栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g

※都合により、献立を変更する場合がございます。