

10月リトルキッズ献立カレンダー 前半



タイハイ株式会社

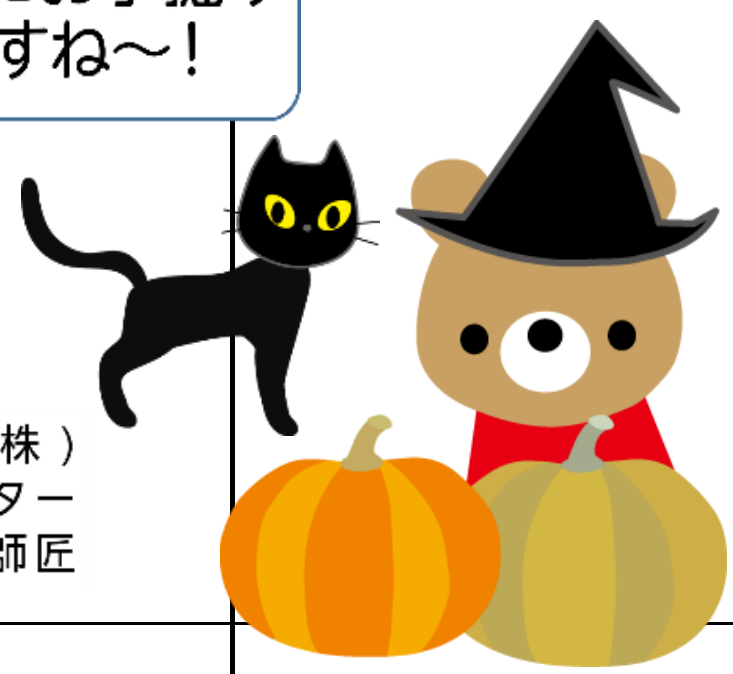
	月	火	水	木 10月1日	金 10月2日	土 10月3日	日 10月4日
おひるごはん							
栄養価				Kcal/タンパク/脂質/炭水化物g/塩分g 334/14.4/12.0/44.5/0.8	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物g/塩分g 280/9.8/8.0/44.5/0.7	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物g/塩分g 284/13.4/8.2/41.3/0.6	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物g/塩分g 252/9.5/7.3/39.3/0.6
	10月5日	10月6日	10月7日	10月8日	10月9日	10月10日	10月11日
おひるごはん							
栄養価	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物g/塩分g 257/11.5/9.2/33.2/0.9	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物g/塩分g 266/10.2/7.6/41.6/0.7	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物g/塩分g 334/16.3/8.5/51.2/0.8	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物g/塩分g 286/10.8/7.8/45.9/1.3	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物g/塩分g 303/9.6/8.0/51.5/0.6	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物g/塩分g 286/14.0/8.8/39.1/0.7	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物g/塩分g 287/12.4/7.0/47.3/1.0
	10月12日	10月13日	10月14日				
おひるごはん							
栄養価	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物g/塩分g 318/12.6/11.3/45.8/0.8	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物g/塩分g 277/12.2/8.5/39.8/0.7	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物g/塩分g 259/9.6/4.0/48.0/0.6				

※都合により、献立を変更する場合がございます。

リトルキッス献立カレンダー

後半

タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金	土	日
				10月15日	10月16日	10月17日	10月18日
おひるいはん	 キノコ狩りにお芋掘り 楽しそうですね～！ タイハイ（株） 応援サポーター 林家たい平師匠			 納豆ごはん 豚肉のオニオンソース マカロニツナサラダ みそ汁	 ごはん れんこん鶏つくね 小松菜とトマトの和え物 みそ汁	 ごはん 助宗タラの竜田揚げ 野菜と鶏肉の煮物 みそ汁 フルーツ(りんご)	 ごはん 豚肉の甘酢あん風 きゅうりと人参のサラダ みそ汁
				Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 334/14.4/12.0/44.5/0.8	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 280/9.8/8.0/44.5/0.7	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 284/13.4/8.2/41.3/0.6	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 252/9.5/7.3/39.3/0.6
	10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日
おひるいはん	 ほうとう風うどん 玉ねぎと小松菜の醤油炒め フルーツ(オレンジ)	 ポークチャップライス チンゲン菜とコーンのひじき煮 みそ汁	 鉄分強化！ふいかけごはん 白系タラのサクサクフライ コールスローサラダ 鶏汁 フルーツ(バナナ)	 ハヤシライス 白菜のコーン和え スープ ヨーグルト	 ごはん 鶏肉とさつま芋のみそ炒め スパゲッティサラダ すまし汁	 ごはん 助宗タラの塩生姜あん 豚肉の大根炒め みそ汁 フルーツ(洋なし缶)	 ごはん 豆腐とかぼちゃのうま煮 鶏レバーのかいりん焼き みそ汁
	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 257/11.5/9.2/33.2/0.9	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 266/10.2/7.6/41.6/0.7	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 334/16.3/8.5/51.2/0.8	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 286/10.8/7.8/45.9/1.3	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 296/9.5/7.4/50.4/0.8	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 286/12.9/7.9/41.2/0.7	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 287/12.4/7.0/47.3/1.0
	10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	
おひるいはん	 鉄分強化！ふいかけごはん カラスカレイのねぎ塩だれ 炒りおかから みそ汁 フルーツ(パイン缶)	 ごはん 鶏肉と白菜のさっぱり炒め トマトとほうれん草のおかか和え みそ汁	 ごはん 助宗タラのみそ焼 さつま芋ときのこのとろみ煮 すまし汁 フルーツ(バナナ)	 納豆ごはん 豚肉のオニオンソース マカロニツナサラダ みそ汁	 ●パンプキンごはん れんこんのせ鶏つくね スープ ヨーグルト	 ごはん 助宗タラの竜田揚げ 野菜と鶏肉の煮物 みそ汁 フルーツ(りんご)	
	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 322/12.8/11.2/46.4/0.8	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 274/11.9/8.4/39.7/0.7	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 257/9.6/4.0/47.6/0.6	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 334/14.4/12.0/44.5/0.8	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 285/10.4/8.3/45.5/0.6	Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 284/13.4/8.2/41.3/0.6	

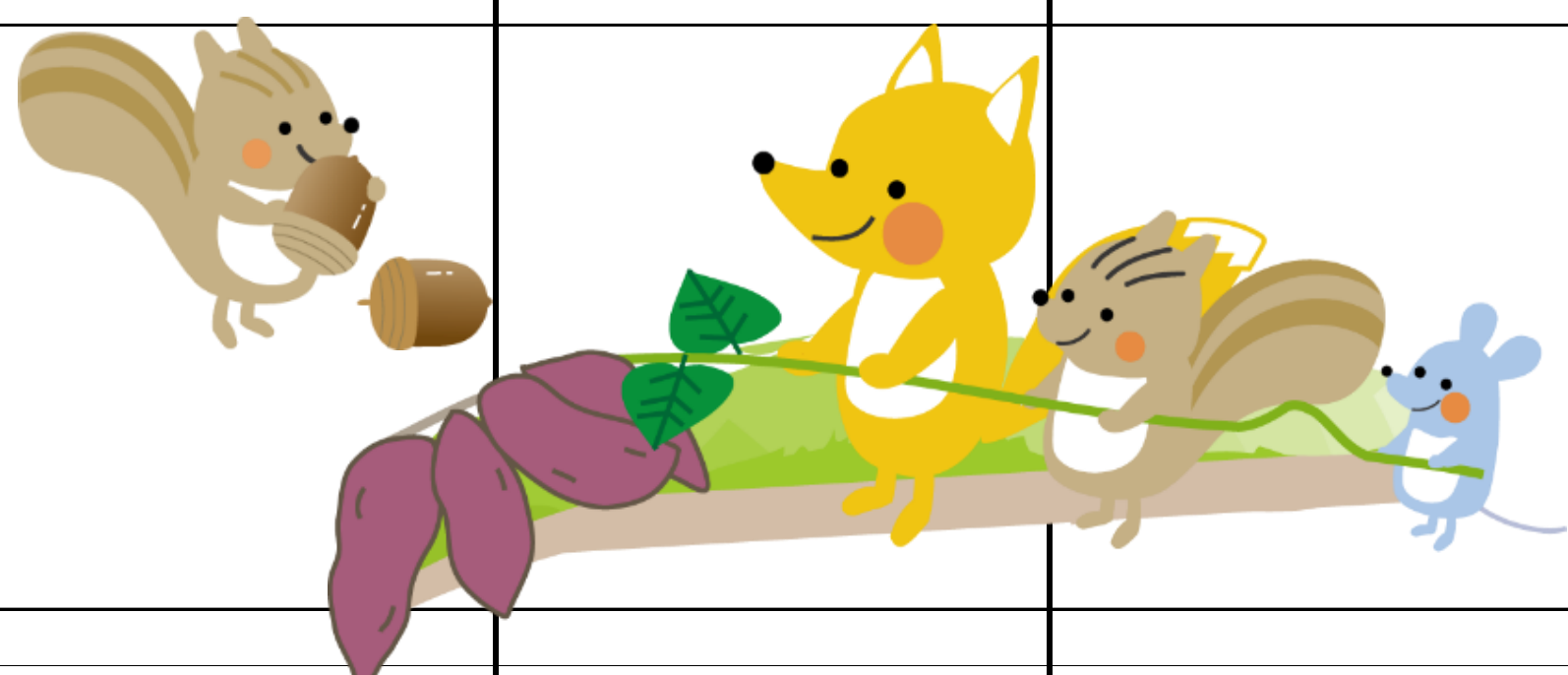
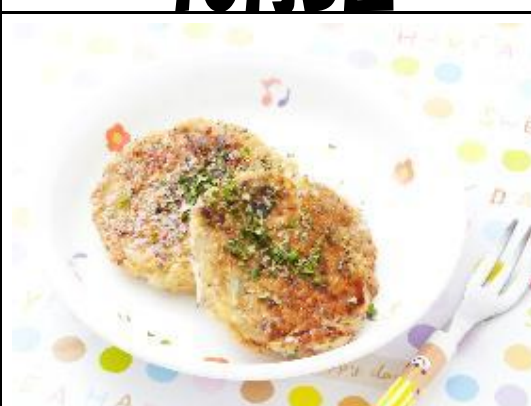
※都合により、献立を変更する場合がございます。



リトルキッズ献立カレンダー 前半



タイハイ株式会社

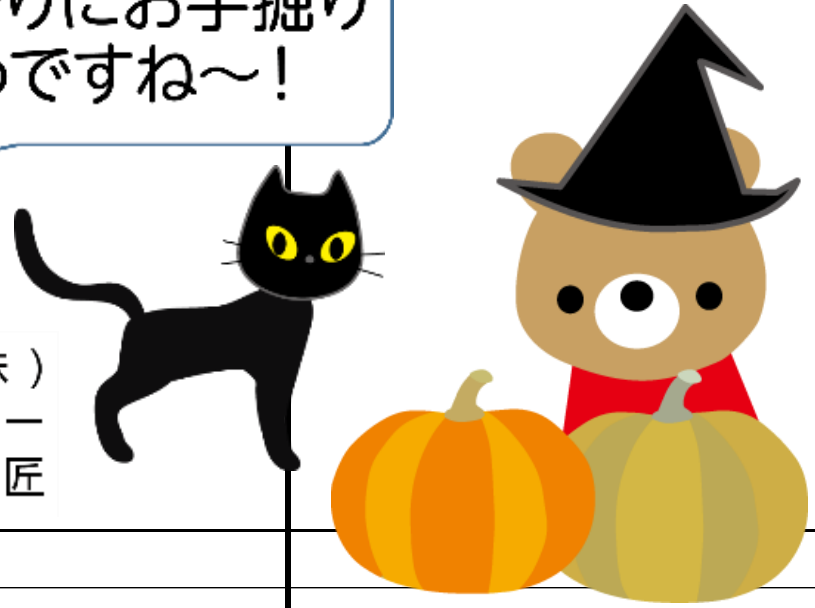
	月	火	水	木 10月1日	金 10月2日	土 10月3日	日 10月4日
おやつ				 牛乳 米粉のカaramelケーキ	 牛乳 粉豆腐千千ミ	 牛乳 コーンチーズ蒸しパン	 牛乳 さつまいもあんおはぎ風(きなこ・ごま)
栄養価				Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 169/5.0/4.6/28.6/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 167/8.9/7.3/18.0/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 194/8.7/7.9/24.0/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 183/6.1/5.4/30.5/0.1
	10月5日	10月6日	10月7日	10月8日	10月9日	10月10日	10月11日
おやつ	 牛乳 お好み焼き	 牛乳 豆乳ホットケーキ	 牛乳 ごまあんまん風	 牛乳 しらすのハッシュポテト スティック野菜	 牛乳 ほうれん草の蒸しパン	 牛乳 フルーツ豆乳寒天あんこのせ	 牛乳 ヘルシーくずもち
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 176/8.6/7.1/21.9/0.3	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 198/7.1/6.4/30.1/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 132/5.1/6.0/17.7/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 160/6.0/4.4/25.9/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 136/5.3/4.7/20.5/0.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 130/6.6/6.4/13.2/0.1
	10月12日	10月13日	10月14日				
おやつ	 牛乳 ツナクリームシチューマカロニ	 牛乳 イチゴジャム蒸しパン	 牛乳 ふいかけそぼろおにぎり スティック野菜				
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 195/8.4/8.8/22.1/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 155/5.7/4.4/24.9/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 198/8.2/8.2/25.5/0.3				

※都合により、献立を変更する場合がございます。

10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
				10月15日	10月16日	10月17日	10月18日
おやつ	 キノコ狩りにお芋掘り 楽しそうですね～! タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠			 牛乳 米粉のカaramelケーキ	 牛乳 粉豆腐千チミ	 牛乳 コーンチーズ蒸しパン	 牛乳 さつまいもあんおはぎ風(きなこ・ごま)
栄養価				Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 169/5.0/4.6/28.6/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 167/8.9/7.3/18.0/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 194/8.7/7.9/24.0/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 183/6.1/5.4/30.5/0.1
	10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日
おやつ	 牛乳 お好み焼き	 牛乳 豆乳ホットケーキ	 牛乳 ごまあんまん風	 牛乳 しらすのハッシュポテト スティック野菜	 牛乳 ほうれん草の蒸しパン	 牛乳 フルーツ豆乳寒天あんこのせ	 牛乳 ヘルシーくずもち
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 176/8.6/7.1/21.9/0.3	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 198/7.1/6.4/30.1/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 132/5.1/6.0/17.7/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 160/6.0/4.4/25.9/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 136/5.3/4.7/20.5/0.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 130/6.6/6.4/13.2/0.1
	10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	
おやつ	 牛乳 ツナクリームシチューマカロニ	 牛乳 イチゴジャム蒸しパン	 牛乳 ふいかけそぼろおにぎり スティック野菜	 牛乳 米粉のカaramelケーキ	 牛乳 粉豆腐千チミ	 牛乳 コーンチーズ蒸しパン	
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 196/8.4/8.8/22.1/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 155/5.7/4.4/24.9/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 198/8.2/8.2/25.5/0.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 169/5.0/4.6/28.6/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 167/8.9/7.3/18.0/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 194/8.7/7.9/24.0/0.9	

※都合により、献立を変更する場合がございます。