

# 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	金	土 10月1日	日 10月2日
おひるごはん							
栄養価						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 260/13.7/4.6/41.4/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 267/13.7/5.6/42.0/1.0
	10月3日	10月4日	10月5日	10月6日	10月7日	10月8日	10月9日
おひるごはん							
	ご飯 カラスカレイのバター醤油焼き さつまいもと豚肉の甘辛ごま炒め みそ汁 フルーツ(りんご)	ご飯 鶏肉のから揚げ 炒りおから みそ汁	<b>リトルキッズ差替えメニュー</b> (9)ソース焼きうどん ソース焼きうどん さつまいもコロッケ わかめスープ	ご飯 ●鮭のちゃんちゃん焼き風(北海道) 鶏肉と大根の炒め煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ)	納豆ごはん 豚肉のオニオンソース 小松菜のツナサラダ みそ汁	鉄分強化!ふいかげご飯 白糸タラのムニエル 鶏肉と白菜の煮物 みそ汁 ヨーグルト	ご飯 鶏つくね焼き 切干大根煮 すまし汁
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 328/12.3/11.4/45.8/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 307/11.9/11.6/40.6/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 348Kcal/11.3g/13.7g/45.3g/1.5g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 281/14.0/7.7/40.6/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 294/13.8/9.9/39.1/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 303/14.8/9.8/40.5/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 284/9.6/8.1/44.6/0.7
	10月10日	10月11日	10月12日	10月13日	10月14日	<p>秋はおいしい食べ物がたくさんありますね~</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							
	ほうとう風うどん 小松菜と人参の醤油炒め フルーツ(オレンジ)	豚丼 千んげん菜とコーンのひじきサラダ すまし汁	ご飯 鮭のコロコロ甘辛揚げ コールスローサラダ みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ハヤシライス 白菜ときゅうりのごまサラダ スープ フルーツ(りんご)	<b>お楽しみメニュー(4)里芋ごはん</b> 里芋ごはん 手作りがんもの野菜あんかけ 白菜とトマトの和風サラダ 具たくさん汁		
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 262/11.7/9.3/33.1/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 250/10.2/6.1/40.3/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 311/12.6/9.6/45.9/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 270/8.5/6.4/46.8/1.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 302Kcal/8.6g/9.9g/46.3g/0.8g		

※都合により、献立を変更する場合がございます。