

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	日																																		
おひるごはん	<p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>						10月1日 <p>ご飯 豆腐とエビのうま煮 鶏レバーのごまかりん焼き みそ汁</p>																																		
							Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 305/14.6/8.2/46.3/0.9																																		
おひるごはん	10月2日 <p>ソースかつ丼 大根のごま和え みそ汁</p>	10月3日 <p>ナポリタン キャベツのマヨサラダ スープ</p>	10月4日 <p>カレーライス 大根のマヨサラダ スープ フルーツ(オレンジ)</p>	10月5日 <p>ご飯 ●鮭のちゃんちゃん焼き風(北海道) ●いもち風(北海道) すまし汁 フルーツ(オレンジ)</p>	10月6日 <p>納豆ごはん 豚肉のオニオンソース 小松菜のツナ和え みそ汁</p>	10月7日 <p>鉄分強化!ふいかけご飯 白糸タラのムニエル 鶏肉と白菜のみそ煮 すまし汁 ヨーグルト</p>	10月8日 <p>ご飯 鶏肉の甘酢ケチャップ 切干大根サラダ スープ</p>																																		
	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 292Kcal/11.1g/7.8g/45.2g/1.1g						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 337/13.5/11.9/45.5/0.5						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 266/12.1/5.9/43.3/0.6						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 271/11.4/5.4/47.7/0.7						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 284/13.9/8.9/38.7/0.8						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 317/15.0/9.9/43.5/0.7						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/10.6/8.6/44.4/0.7				
おひるごはん	10月9日 <p>ほうとう風うどん 小松菜の醤油炒め フルーツ(オレンジ)</p>	10月10日 <p>豚丼 千んげん菜のひじき煮 みそ汁</p>	10月11日 <p>ご飯 鮭のコロコロ甘辛揚げ コーンスローサラダ みそ汁 ヨーグルト</p>	10月12日 <p>ハヤシライス 白菜ときゅうりのサラダ スープ フルーツ(りんご)</p>	10月13日 <p>ご飯 鶏肉のもやし炒め さつまいものとろとろ煮 すまし汁</p>	10月14日 <p>コーンピラフ 煮込みハンバーグ スパゲッティサラダ スープ フルーツ(オレンジ)</p>																																			
	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/11.6/9.3/32.0/0.9						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 253/10.5/6.2/40.5/0.7						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 306/13.0/9.5/45.7/0.7						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 271/9.9/6.4/45.7/1.3						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 319/11.3/7.6/52.5/0.7						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 363Kcal/11.4g/12.1g/55.3g/1.1g										

※都合により、献立を変更する場合がございます。