



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 10月15日	水 10月16日	木 10月17日	金 10月18日	土 10月19日	日 10月20日	
おひるごはん 							
	ご飯 鶏肉と白菜のさっぱり炒め かぶとほうれん草のおかか和え みそ汁	ご飯 鮭のみそ焼き ジャが芋のきのこ煮 すまし汁 フルーツ(りんご)	ご飯 れんこん鶏つくね マカロニツナサラダ みそ汁	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)	鉄分強化! ふりかけご飯 白糸タラの竜田揚げ 鶏肉と白菜のみそ煮 すまし汁 ヨーグルト	ご飯 豚肉の甘酢ケチャップ きゅうりのコーンサラダ スープ	
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/12.2/8.5/39.8/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 250/10.9/5.1/44.0/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 322/11.8/10.0/48.2/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 314/11.3/10.1/47.8/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 323/14.5/10.3/44.8/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 262/9.6/7.4/41.7/0.6	
10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日	10月26日	10月27日	
おひるごはん							
	ほうとう風うどん 小松菜の醤油炒め フルーツ(りんご)	豚丼 千ゲン菜のひじき煮 みそ汁	ご飯 鮭フライ コールスローサラダ 鶏汁 ヨーグルト	ハヤシライス 白菜ときゅうりの和え物 スープ フルーツ(バナナ)	ナポリタン キャベツのマヨサラダ スープ	鉄分強化! ふりかけご飯 助宗タラの生姜煮 豚肉の大根炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ)	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
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 253/11.4/9.4/32.6/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 260/10.0/7.6/40.3/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 358/18.7/11.1/49.7/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 269/9.7/6.7/44.9/1.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 261/11.4/10.6/32.1/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 252/13.0/4.9/40.5/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 301/14.6/8.2/46.1/1.0
10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	<p>ハッピーハロウィン! たのしそうですね~</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 カラスカレイのねぎ塩だれ ジャが芋と豚肉の甘辛がらめ みそ汁 フルーツ(りんご)	ご飯 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	ご飯 鮭のみそ焼き ジャが芋のきのこ煮 すまし汁 フルーツ(りんご)	ヒーローライス 鶏肉の豆乳クリーム煮 スパゲッティサラダ フルーツ(りんご)			
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 290/9.6/9.1/46.0/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 274/11.9/8.4/39.7/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 250/10.9/5.1/44.0/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 327Kcal/13.7g/7.0			

※都合により、献立を変更する場合がございます。