

# 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>風にたなびくススキと丸い月が綺麗ですね～。</p>  <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>						<p><b>9月1日</b></p>  <p>ご飯 豆腐と野菜の和風煮 鶏レバーのケチャップ炒め みそ汁 フルーツ(りんご)</p> <p>kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 406/15.2/11.2/66.1/1.1</p>
	<b>9月2日</b>	<b>9月3日</b>	<b>9月4日</b>	<b>9月5日</b>	<b>9月6日</b>	<b>9月7日</b>	<b>9月8日</b>
おひるごはん	 <p>ご飯 助宗タラのバター醤油焼き 豚肉と野菜煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p> <p>kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 375/16.3/9.4/59.6/0.8</p>	 <p>鉄分強化! ふりかけご飯 鶏肉の粉豆腐衣揚げ スパゲティツナサラダ みそ汁</p> <p>kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 448/17.6/18.8/55.4/1.1</p>	 <p>ピビンバ 白菜とわかめの和え物 中華スープ フルーツ(バナナ)</p> <p>kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 381/13.5/13.4/54.4/1.1</p>	 <p>ご飯 ●鮭のちゃんちゃん焼き風(北海道) 鶏肉と大根の信田煮 すまし汁 ヨーグルト</p> <p>kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 410/17.6/12.8/59.1/1.0</p>	 <p>ポークカレーライス もやしとわかめのナムル フルーツ(りんご)</p> <p>kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 395/12.4/12.3/63.6/1.4</p>	 <p>なすのミートソースパゲッティ かぼちゃサラダ スープ</p> <p>kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 360/13.4/13.2/50.1/1.5</p>	 <p>ご飯 白糸タラのみみじ焼き 豆腐と豚肉のうま煮 みそ汁 フルーツ(パン缶)</p> <p>kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 426/18.6/15.8/56.4/1.0</p>
	<b>9月9日</b>	<b>9月10日</b>	<b>9月11日</b>	<b>9月12日</b>	<b>9月13日</b>	<b>9月14日</b>	
おひるごはん	 <p>ケチャップライスのふわふわ玉子のせ さつま芋の豆乳煮 スープ フルーツ(オレンジ)</p> <p>kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 408/12.9/11.8/66.7/1.1</p>	 <p>ご飯 豆腐と豚肉のとろとろ煮 マカロニサラダ みそ汁</p> <p>kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 410/15.4/11.9/62.2/1.0</p>	 <p>鉄分強化! ふりかけご飯 白糸タラの南蛮漬 筑前煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)</p> <p>kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 348/11.9/7.9/59.6/1.1</p>	 <p>豚肉の玉子とじうどん かぼちゃの甘辛炒め ヨーグルト</p> <p>kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 360/13.7/11.2/51.7/0.9</p>	 <p>ご飯 カラスカレイのごまみそ焼き 大根のおかか和え 千辛スープ フルーツ(オレンジ)</p> <p>kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 359/11.8/11.0/56.1/0.8</p>	 <p>ご飯 豚肉の生姜炒め 春雨ツナサラダ すまし汁</p> <p>kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 398/13.7/12.2/59.9/1.0</p>	
	<p>kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 408/12.9/11.8/66.7/1.1    410/15.4/11.9/62.2/1.0    348/11.9/7.9/59.6/1.1    360/13.7/11.2/51.7/0.9    359/11.8/11.0/56.1/0.8    398/13.7/12.2/59.9/1.0</p>						<p>※都合により、献立を変更する場合がございます。</p>

9月

# 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
おひるごはん	<p>風にたなびくすすきと丸い月が綺麗ですね〜。</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>						<p>ご飯 豆腐と野菜の和風煮 鶏レバーのケチャップ炒め みぞ汁 フルーツ(りんご)</p> <p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 405/15.2/11.2/66.0/1.1</p>
	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日	9月21日	9月22日
おひるごはん	<p>ご飯 助宗タラのバター醤油焼き 豚肉と野菜煮 みぞ汁 フルーツ(オレンジ)</p> <p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 375/16.3/9.4/59.6/0.8</p>	<p>鉄分強化! ふりかけご飯 ●おさつお月見コロケック スバゲティサラダ みぞ汁 フルーツ(黄桃缶)</p> <p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 551/16.6/17.1/86.4/1.4</p>	<p>ピビンバ 白菜とわかめの和え物 中華スープ アツルゼリー</p> <p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 389/13.4/13.5/56.4/1.1</p>	<p>ご飯 鮭の味噌マヨコーン焼き 鶏肉と大根の信田煮 すまし汁 ヨーグルト</p> <p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 409/17.5/13.4/57.6/1.1</p>	<p>ポークカレーライス 小松菜とわかめのナムル フルーツ(りんご)</p> <p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 395/12.3/12.3/63.8/1.4</p>	<p>なすのミートソースパゲティ かぼちゃサラダ スープ</p> <p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 360/13.4/13.2/50.1/1.5</p>	<p>ご飯 白糸タラのみみじ焼き 豆腐と豚肉のうま煮 みぞ汁 フルーツ(パイナップル)</p> <p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 426/18.6/15.8/56.4/1.0</p>
	9月23日	9月24日	9月25日	9月26日	9月27日	9月28日	9月29日
おひるごはん	<p>ケチャップライスのふわふわ玉子のせ さつまいもの豆乳煮 スープ フルーツ(オレンジ)</p> <p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 408/12.9/11.8/66.7/1.1</p>	<p>ご飯 豆腐と豚肉のとうろ煮 マカロニサラダ みぞ汁</p> <p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 411/15.4/11.9/62.2/1.0</p>	<p>鉄分強化! ふりかけご飯 白糸タラの雨蜜漬け 筑前煮 みぞ汁 フルーツ(オレンジ)</p> <p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 344/11.9/7.9/58.7/1.1</p>	<p>豚肉の玉子とじうどん かぼちゃの甘辛炒め ヨーグルト</p> <p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 360/13.7/11.2/51.7/0.9</p>	<p>ご飯 カラスカレイのごまみそ焼き 大根のおかか和え チキンスープ フルーツ(オレンジ)</p> <p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 359/11.8/11.0/56.1/0.8</p>	<p>ご飯 豚肉の生巻炒め 春雨ツナサラダ すまし汁</p> <p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 398/13.7/12.2/59.9/1.0</p>	<p>ご飯 豆腐と野菜の和風煮 鶏レバーのケチャップ炒め みぞ汁 フルーツ(りんご)</p> <p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 406/15.2/11.2/66.1/1.1</p>
	9月30日						
おひるごはん	<p>ご飯 助宗タラのバター醤油焼き 豚肉と野菜煮 みぞ汁 フルーツ(オレンジ)</p> <p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 375/16.3/9.4/59.6/0.8</p>						
	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g 375/16.3/9.4/59.6/0.8</p>						

※都合により、献立を変更する場合がございます。