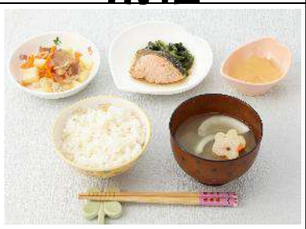
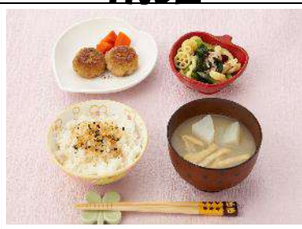
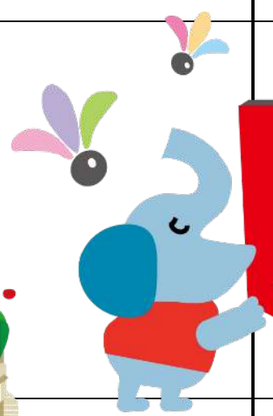
1月 リトルキッズ献立カレンダー 前半

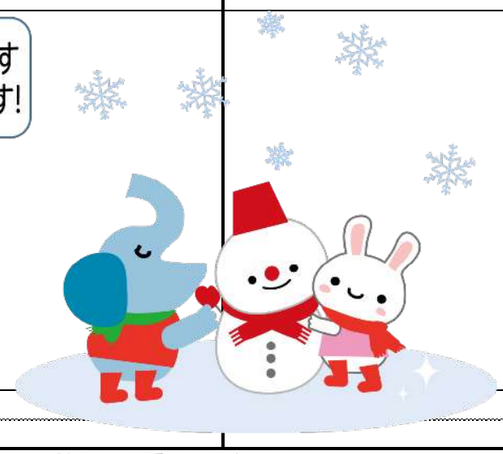
タイヘイ株式会社

	月	火	水	木	金	土	日
	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日	1月5日	1月6日	1月7日
おひるごはん				 ご飯 鮭のごま煮 じゃが芋と豚肉の塩金平 みそ汁 アップルゼリー	 鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉の照りボール マカロニツナサラダ みそ汁	カレーライス フルーツ	
栄養価				kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 269/13.0/4.7/45.2/0.6	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 328/12.0/10.6/46.6/0.9		
	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	1月12日	1月13日	1月14日
おひるごはん		 ソース焼きうどん じゃが芋のピーマン炒め みそ汁 アップルゼリー	 ご飯 白糸タラのみそ煮 鶏肉と野菜のバター醤油炒め すまし汁 フルーツ(オレンジ)	 カレーライス キャベツとかぶの胡麻和え スープ フルーツ(りんご)	 ●ツナのあおさおにぎり ●鶏肉と冬野菜の生姜炒め 春雨サラダ フルーツ(バナナ)	ハヤシライス フルーツ	
栄養価		kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 262/11.2/7.1/38.0/1.1	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 252/13.2/5.1/39.1/0.7	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 283/10.7/6.7/48.8/1.0	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 316/10.8/10.6/43.9/0.6		
おひるごはん		あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願いいたします! タイヘイ（株） 応援サポーター 林家たい平師匠					
栄養価							

※都合により、献立を変更する場合がございます。

1月 リトルキッズ献立カレンダー 後半

タイヘイ株式会社

	月	火	水	木	金	土	日
	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日	1月19日	1月20日	1月21日
おひるごはん	 ご飯 ●松風焼き ●紅白なます すまし汁	 ご飯 助宗タラのフライ キャベツの信田煮 具だくさん汁 フルーツ(オレンジ)	 鶏肉の和豆乳スープパスタ きゅうりとコーンのわかめサラダ ヨーグルト	 ご飯 鮭のごま煮 じゃが芋と豚肉の塩金平 みそ汁 フルーツ(みかん)	 鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉の照りボール マカロニツナサラダ みそ汁	カレーライス フルーツ	
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 268/9.4/7.5/41.8/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 331/14.4/9.9/49.3/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 309/15.2/12.5/35.0/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 255/13.0/4.6/42.9/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 329/12.1/10.6/47.0/0.9		
	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日	1月26日	1月27日	1月28日
おひるごはん	 ご飯 カラスカレイのコロコロ甘辛揚げ 大根と鶏肉の煮物 みそ汁 フルーツ(りんご)	 ソース焼きうどん じゃが芋のピーマン炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ)	 ご飯 白糸タラのみそ煮 鶏肉と野菜のバター醤油炒め すまし汁 フルーツ(バナナ)	 カレーライス キャベツとかぶの胡麻和え スープ フルーツ(みかん)	 ご飯 鶏肉と冬野菜の生姜炒め 春雨サラダ すまし汁	ハヤシライス フルーツ	
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 306/9.4/10.6/46.7/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 255/11.6/7.0/37.0/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 253/13.1/5.1/39.4/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 283/10.8/6.6/48.2/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 278/9.8/8.4/40.7/0.7		
	1月29日	1月30日	1月31日				
おひるごはん	 三色丼 大根と人参のツナサラダ みそ汁	 ご飯 助宗タラのフライ キャベツの信田煮 具だくさん汁 フルーツ(オレンジ)	 鶏肉の和豆乳スープパスタ きゅうりとコーンのわかめサラダ ヨーグルト	 タイヘイ（株） 応援サポーター 林家たい平師匠	あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願いいたします!		
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 290/10.4/8.9/42.7/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 331/14.4/9.9/49.3/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 309/15.2/12.5/35.0/0.7				

※都合により、献立を変更する場合がございます。