



# キッズ献立カレンダー 前半



タイハイ株式会社

	月	火	水 12月1日	木 12月2日	金 12月3日	土 12月4日	日 12月5日
おひるごはん			<p>ご飯 助宗タラの漬け焼き 鶏肉とキャベツのくたくた煮 みそ汁 フルーツ(みかん)</p>	<p>鉄分強化！ふりかけごはん カラスカレイの磯辺焼き 鶏肉と大根のおかか煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>ご飯 白糸タラのサクサクフライ もやしとわかめの中華和え みそ汁 フルーツ(りんご)</p>	お弁当日	保育園お休み
			Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 342/14.5/7.9/50.5/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 373/13.3/10.4/54.3/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 369/11.9/9.0/58.6/1.0		
	12月6日	12月7日	12月8日	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日
おひるごはん	<p>鉄分強化！ふりかけご飯 鶏ささみの野菜炒め さつま芋サラダ みそ汁</p>	<p>ご飯 ポテトコロッケ 豚と小松菜のサラダ みそ汁</p>	<p>ご飯 豚肉とチンゲン菜の中華炒め 豆腐ともやしの煮物 中華スープ</p>	<p>ご飯 鮭の揚げ煮 切干大根煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>おかか混ぜご飯 冬野菜のごろごろポトフ マカロニサラダ フルーツ(バナナ)</p>	お弁当日	保育園お休み
						Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 367/15.1/6.1/61.1/1.1	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 448/11.6/13.8/67.7/1.0
おひるごはん	<p>ポークカレーライス 小松菜と玉子のごまサラダ フルーツ(りんご)</p>	<p>鉄分強化！ふりかけご飯 千金のバターソテー 大根のマヨサラダ みそ汁</p>					<p>※小麦粉の代替食品として米粉を使用しています マヨネーズは卵が入っていないものを使用しています</p>

※都合により、献立を変更する場合がございます。