



1月



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 1月1日	日 1月2日
おひるごはん	※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						
栄養価							
	1月3日	1月4日	1月5日	1月6日	1月7日	1月8日	1月9日
おひるごはん	年末年始休み	お弁当ご協力日 保育始め	 ご飯 白糸タラの竜田揚げ 厚揚げと大根の煮物 みぞ汁 フルーツ(パン缶)	 ご飯 鶏ささみと野菜のおかか炒め ごぼうと枝豆のサラダ すまし汁	 ひじきご飯 助宗タラのごま煮 白菜の玉子炒め みぞ汁 フルーツ(バナナ)	お弁当日	保育園お休み
			Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 348/10.3/8.5/59.1/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 351/16.1/6.3/57.3/0.9	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 388/16.8/12.1/55.6/1.2		
おひるごはん	1月10日	1月11日	1月12日	1月13日	1月14日	1月15日	1月16日
	成人の日	 鉄分強化!ふいかけごはん 助宗タラの和風焼き 切干大根の煮物 みぞ汁 フルーツ(オレンジ)	 ご飯 カラスカレイのコロコロ揚げ 茹で豚のおかかサラダ みぞ汁 フルーツ(りんご)	 ●れんこんの炊き込みおにぎり 白糸タラのカレーマヨ焼き さつまいものきんぴら フルーツ(みかん)	 ハヤシライス 白菜のサラダ フルーツ(バナナ)	お弁当日	保育園お休み
栄養価		Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 344/13.7/7.0/58.8/1.0	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 416/13.7/14.9/60.0/0.9	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 365/11.4/9.1/62.0/0.5	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 393/11.9/11.2/62.0/1.0		

※都合により、献立を変更する場合がございます。