



# 1月



# キッズ献立カレンダー 後半



タイハイ株式会社

	月 1月17日	火 1月18日	水 1月19日	木 1月20日	金 1月21日	土 1月22日	日 1月23日	
おひるごはん						お弁当日	保育園お休み	
	ご飯 鶏肉のごま味噌炒め 小松菜と人参のナムル風 すまし汁	ご飯 鮭のパン粉焼き 炒りおから みそ汁 フルーツ(りんご)	豚丼 かぼちゃのバター煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	ご飯 ツナトマト煮込み 豚肉と千んげん菜のソテー みそ汁 フルーツ(みかん)	ご飯 鶏肉のバター醤油炒め マカロニサラダ みるくスープ			
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 375/14.5/13.3/50.3/1.1	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 399/15.3/12.6/61.3/1.1	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 365/13.6/8.3/61.3/1.0	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 362/12.7/8.9/60.4/1.3	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 406/13.5/12.3/61.5/1.0			
	1月24日	1月25日	1月26日	1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	
おひるごはん						お弁当日	保育園お休み	
	ご飯 白糸タラの南蛮漬汁 豚肉と大根の煮物 みそ汁 フルーツ(みかん缶)	鉄分強化！ふりかけごはん 助宗タラの和風焼き 切干大根の煮物 みそ汁 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 みそ汁 フルーツ(バナナ)	●雪だるまライス 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)			
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 367/14.7/8.4/59.8/1.0	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 420/13.9/14.8/60.4/0.9	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 411/12.0/13.0/64.1/0.9	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			
	1月31日						※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	
おひるごはん								
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 375/14.5/13.3/50.3/1.1							

※都合により、献立を変更する場合がございます。