



リトル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 12月1日	土 12月2日	日 12月3日
おひるいほん							
栄養価					ご飯 カラスカレイの煮付け かぼちゃと鶏肉のバター炒め みそ汁 フルーツ(みかん) Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 266/10.4/7.6/40.4/0.6	豚丼 ほうれん草のマカロニツナサラダ みそ汁 Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/12.1/7.3/44.8/0.7	ご飯 助宗タラのムニエル 鶏レバーと野菜のケチャがらめ スープ ヨーグルト Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 298/15.7/8.5/42.4/0.8
	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日	12月8日	12月9日	12月10日
おひるいほん							
栄養価	ご飯 ひとくちチキンカツ 大根と人参のサラダ みそ汁 Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 319/10.9/12.4/42.4/0.7	鉄分強化！ふりかけご飯 豆腐と野菜のうま煮 さつま芋金平 みそ汁 Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 332/12.2/8.3/54.3/0.8	ナポリタン きゅうりとコーンのごまサラダ スープ Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/11.8/8.5/34.3/0.7	ご飯 しらすのかき揚げ 鶏肉と野菜のとろろ煮 みそ汁 フルーツ(りんご) Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 323/9.4/8.6/54.9/0.8	ご飯 豚肉と野菜のごまだれ炒め かぼちゃとなすの甘辛煮 みそ汁 Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 264/10.6/7.1/41.7/0.6	ご飯 鮭のみそ焼き キャベツと鶏肉のひじき煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ) Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 286/15.1/7.8/40.6/0.6	ご飯 豚肉ときのこのおかか炒め 小松菜と人参のサラダ みそ汁 Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 250/11.0/6.1/39.6/0.7
	12月11日	12月12日	12月13日	12月14日			
おひるいほん							
栄養価	ご飯 ●鶏肉と冬野菜の和風ポトフ じゃが芋とコーンのコロコロ和え フルーツ(りんご) Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 274/10.6/7.7/43.2/0.6	おろしあんかけうどん さつま芋のツナ炒め フルーツ(オレンジ) Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 287/11.6/7.2/43.7/1.0	ご飯 白糸タラのから揚げ 白菜のしらす煮 鶏汁 フルーツ(バナナ) Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/13.3/7.5/40.0/0.8	鉄分強化！ふりかけご飯 豚肉の彩り中華炒め 小松菜とれんこんの煮物 みそ汁 Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 269/11.0/7.5/41.0/0.7	タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠		

※都合により、献立を変更する場合がございます。

12月

12月クリスマス献立カレンダー 後半



タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金 12月15日	土 12月16日	日 12月17日
おひるいほん	メリークリスマス!みんなとても楽しそうですね～。 タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠				ご飯 カラスカレイの煮付け かぼちゃと鶏肉のバター炒め みそ汁 フルーツ(みかん)	豚丼 ほうれん草のマカロニツナサラダ みそ汁	ご飯 助宗タラのムニエル 鶏レバーと野菜のケチャがらめ スープ ヨーグルト
栄養価					Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 266/10.4/7.6/40.4/0.6	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/12.1/7.3/44.8/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 298/15.7/8.5/42.4/0.8
	12月18日	12月19日	12月20日	12月21日	12月22日	12月23日	12月24日
おひるいほん	ご飯 ひとくちチキンカツ 大根と人参のサラダ みそ汁	鉄分強化!ふりかけご飯 豆腐と野菜のうま煮 さつま芋金平 みそ汁	ナポリタン きゅうりとコーンのごまサラダ スープ	ご飯 しらすのかき揚げ 鶏肉と野菜のとろろ煮 みそ汁 フルーツ(りんご)	ご飯 豚肉と野菜のごまだれ炒め ●冬至かぼちゃ みそ汁	ご飯 鮭のみそ焼き キャベツと鶏肉のひじき煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 豚肉ときのこのおかか炒め 小松菜と人参のサラダ みそ汁
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 319/10.9/12.4/42.4/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 332/12.2/8.3/54.3/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/11.8/8.5/34.3/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 323/9.4/8.6/54.9/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 267/10.7/6.1/44.4/0.5	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 286/15.1/7.8/40.6/0.6	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 250/11.0/6.1/39.6/0.7
	12月25日	12月26日	12月27日	12月28日	12月29日	12月30日	12月31日
おひるいほん	コーンチャップライス ●照り焼きローストチキン ●ポテサラツリー スープ フルーツ(りんご)	おろしあんかけうどん さつま芋のツナ炒め フルーツ(オレンジ)	ご飯 白系タラのから揚げ 白菜のしらす煮 鶏汁 フルーツ(バナナ)	鉄分強化!ふりかけご飯 豚肉の彩り中華炒め 小松菜とれんこんの煮物 みそ汁	ご飯 カラスカレイの煮付け かぼちゃと鶏肉のバター炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ)	豚丼 ほうれん草のマカロニツナサラダ みそ汁	ご飯 助宗タラのムニエル 鶏レバーと野菜のケチャがらめ スープ フルーツ(りんご)
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 282/10.7/7.8/45.5/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 287/11.6/7.2/43.7/1.0	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/13.3/7.5/40.0/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 269/11.0/7.5/41.0/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 266/10.5/7.6/40.4/0.6	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/12.1/7.3/44.8/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 289/14.7/7.7/43.4/0.8

※都合により、献立を変更する場合がございます。

12月

トリル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 12月1日	土 12月2日	日 12月3日
おやつ							
栄養価					牛乳 さつま芋ようかん フルーツ(パイン缶) Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 163/3.7/3.5/32.4/0.1	牛乳 おからホットケーキ Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 157/6.3/5.4/23.8/0.4	牛乳 きな粉蒸しパン Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 162/7.0/5.6/22.7/0.4
	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日	12月8日	12月9日	12月10日
おやつ							
	牛乳 おふのお汁粉風 フルーツ(オレンジ) Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 117/4.7/3.6/17.9/0.1	牛乳 肉まん風 Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 182/8.7/7.1/22.3/0.6	牛乳 人参おかかおにぎり トマト Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 148/5.1/4.1/24.6/0.2	牛乳 チーズスコーン Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 182/7.3/9.6/18.1/1.0	牛乳 ヨーグルトパン Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 197/6.0/6.5/30.7/0.4	牛乳 ミニ肉きつねうどん Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 195/9.9/8.0/20.8/0.7	牛乳 きな粉豆乳寒天 Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 122/6.4/5.9/13.2/0.1
	12月11日	12月12日	12月13日	12月14日	 メリークリスマス!みんな とても楽しそうですね~。 タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠		
おやつ							
	牛乳 米粉のドーナッツ Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 165/4.9/7.3/20.6/0.4	牛乳 パワフルおにぎり スティック野菜 Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 170/5.8/6.3/25.5/0.3	牛乳 ポテト包み焼き(ミートソース) Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 162/7.5/7.3/20.0/0.3	牛乳 ふんわりどら焼き Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 146/5.6/4.8/21.8/0.4			

※都合により、献立を変更する場合がございます。

12月

12月クリスマス献立カレンダー 後半



タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金 12月15日	土 12月16日	日 12月17日
おやつ	 メリークリスマス!みんなとても楽しそうですね～。				 牛乳 さつま芋ようかん フルーツ(パイン缶)	 牛乳 おからホットケーキ	 牛乳 きな粉蒸しパン
栄養価		タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠			Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 163/3.7/3.5/32.4/0.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 157/6.3/5.4/23.8/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 162/7.0/5.6/22.7/0.4
	12月18日	12月19日	12月20日	12月21日	12月22日	12月23日	12月24日
おやつ	 牛乳 おふのお汁粉風 フルーツ(オレンジ)	 牛乳 肉まん風	 牛乳 人参おかかおにぎり トマト	 牛乳 チーズスコーン	 牛乳 ヨーグルトパン	 牛乳 ミニ肉きつねうどん	 牛乳 きな粉豆乳寒天
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 117/4.7/3.6/17.9/0.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 182/8.7/7.1/22.3/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 148/5.1/4.1/24.6/0.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 182/7.3/9.6/18.1/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 197/6.0/6.5/30.7/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 195/9.9/8.0/20.8/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 122/6.4/5.9/13.2/0.1
	12月25日	12月26日	12月27日	12月28日	12月29日	12月30日	12月31日
おやつ	 牛乳 米粉のドーナッツ	 牛乳 パワフルおにぎり スティック野菜	 牛乳 ポテト包み焼き(ミートソース)	 牛乳 ふんわりどら焼き	 牛乳 さつま芋ようかん フルーツ(パイン缶)	 牛乳 おからホットケーキ	 牛乳 きな粉蒸しパン
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 165/4.9/7.3/20.6/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 170/5.8/6.3/25.5/0.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 162/7.5/7.3/20.0/0.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 146/5.6/4.8/21.8/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 163/3.7/3.5/32.4/0.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 157/6.3/5.4/23.8/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 162/7.0/5.6/22.7/0.4

※都合により、献立を変更する場合がございます。