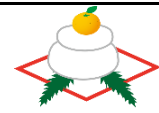




# 1月



# 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2日	日 1月3日	
おひるごはん	 <p>あけましておめでとうございます 本年もよろしくお祈りします!</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>						保育園冬休み	保育園冬休み
		栄養価						
	1月4日	1月5日	1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	
おひるごはん	 <p>ご飯 カラスカレイの野菜あんかけ かぼちゃの豆サラダ みそ汁 フルーツ(パイナップル)</p>	 <p>鉄分強化! ふりかけごはん 冬野菜のクリームシチュー フロッキーとコーンのサラダ フルーツ(白桃缶)</p>	 <p>ご飯 助宗タラの変わり西京風焼き 厚揚げと大根の煮物 すまし汁 フルーツ(みかん缶)</p>	 <p>ご飯 照り焼きハンバーグ ツナと粉豆腐の炒り煮 すまし汁</p>	 <p>ご飯 白糸タラのごま煮 白菜の玉子炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	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 381/10.7/9.2/62.0/0.9	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 405/13.0/11.9/59.3/1.3	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 371/10.9/8.8/59.3/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 462/19.2/17.3/54.9/1.0	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 344/14.1/7.6/52.3/1.0		
おひるごはん	1月11日 成人の日	1月12日	1月13日	1月14日				
		 <p>ご飯 助宗タラの和風焼き 切干大根の煮物 みそ汁 フルーツ(パイナップル)</p>	 <p>ひじきご飯 玉子と野菜のオイスター炒め ポテトサラダ みそ汁</p>	 <p>●れんご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)</p>				
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 350/13.4/5.5/59.5/0.9	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 450/15.4/17.2/56.6/1.4	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 384/11.4/9.1/62.0/0.5					

※都合により、献立を変更する場合がございます。