

3月 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 3月7日 | 水 3月8日 | 木 3月9日 | 金 3月10日 | 土 3月11日 | 日 3月12日 | 日 3月13日 | |
|--------|--|---|--|--|--|------------|------------|--|
| おひるごはん | <p>ご飯 助宗タラの甘酢あんかけ 鶏肉と切干大根の炒め煮 みそ汁 フルーツ(りんご)</p> | <p>ご飯 豚肉のみそ漬け焼き キャベツと厚揚げの煮物 すまし汁</p> | <p>●ひなちらし寿司 かぼちゃの甘辛煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ)</p> | <p>チキンカレーライス 豆腐サラダ スープ フルーツ(りんご)</p> | お弁当の日 | 休園日 | | |
| 栄養価 | Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 302/13.0/7.0/48.5/0.6 | Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/15.1/10.6/36.4/0.7 | Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 305/12.8/5.1/53.7/0.7 | Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 312/11.0/9.8/48.6/1.0 | | | | |
| おひるごはん | <p>納豆ごはん 鶏肉の治部煮風 ブロッコリーのツナ和え みそ汁</p> | <p>鉄分強化! ふりかけご飯 豆腐と豚肉のうま煮 じゃが芋とグリーンピースのサラダ みそ汁</p> | <p>ケチャップライス チキンマカロニグラタン風 スープ フルーツ(バナナ)</p> | <p>ご飯 鮭のごま焼き 大根の信田煮 みそ汁 ヨーグルト</p> | <p>鶏うどん キャベツともやしのサラダ フルーツ(りんご)</p> | お弁当の日 | 休園日 | |
| 栄養価 | Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 283/13.9/7.7/41.8/0.9 | Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 287/12.1/7.2/45.5/0.7 | Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 288/10.4/6.8/47.4/0.7 | Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 260/13.0/6.6/38.8/0.8 | Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 245/10.0/9.2/32.0/0.8 | | | |
| おひるごはん | <p>●ホワイトデー☆クリームライス トマトとアスパラのツナサラダ スープ フルーツ(オレンジ)</p> | <p>暖かくなって花が咲き始めていますね</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p> | | | | | | |
| 栄養価 | Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 283/8.2/8.1/46.0/1.2 | | | | | | | |

※都合により、献立を変更する場合がございます。

3月 リトルキッズ献立カレンダー 後半



タイハイ株式会社

| 月 | 火 3月15日 | 水 3月16日 | 木 3月17日 | 金 3月18日 | 土 3月19日 | 日 3月20日 | |
|--------|---|---|--|---|--|---|---|
| おひるごはん | | | | | | | |
| | ご飯 助宗タラの甘酢あんかけ 鶏肉と切干大根の炒め煮 みそ汁 フルーツ(りんご) | ご飯 豚肉のみそ漬け焼き キャベツと厚揚げの煮物 すまし汁 | 春色丼 かぼちゃの甘辛煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ) | 千キンカレーライス 豆腐サラダ スープ フルーツ(りんご) | 鉄分強化! ふりかけご飯 カラスカレイの揚げ煮 炒りおから みそ汁 フルーツ(オレンジ) | ご飯 豚肉の醤油炒め 白菜とコーンのサラダ みそ汁 | |
| 栄養価 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 302/13.0/7.0/48.5/0.6 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/15.1/10.6/36.4/0.7 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 295/11.5/5.2/52.7/0.5 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 304/9.9/8.9/49.4/1.0 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 315/11.3/11.3/45.0/0.9 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 244/10.1/6.1/38.1/0.7 | |
| 3月21日 | 3月22日 | 3月23日 | 3月24日 | 3月25日 | 3月26日 | 3月27日 | |
| おひるごはん | | | | | | | |
| | 納豆ごはん 鶏肉の治部煮風 フロッコリーのツナ和え みそ汁 | 鉄分強化! ふりかけご飯 豆腐と豚肉のうま煮 ジャガイモとグリーンピースのサラダ みそ汁 | ケチャップライス 千キンマカロニグラタン風 スープ フルーツ(オレンジ) | ご飯 鮭のごま焼き 大根の信田煮 みそ汁 ヨーグルト | 鶏うどん キャベツともやしのサラダ フルーツ(りんご) | ご飯 豚肉のきのこあん さつまいもとごぼうの金平炒め みそ汁 | ご飯 白糸タラのみそ煮 鶏レバーの野菜炒め すまし汁 フルーツ(りんご) |
| 栄養価 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 283/13.9/7.7/41.8/0.9 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 287/12.1/7.2/45.2/0.7 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 287/10.5/6.8/47.1/0.7 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 260/13.0/6.6/38.8/0.8 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 245/10.0/9.2/32.0/0.8 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 302/12.2/7.9/47.2/0.6 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 266/12.9/5.4/42.6/0.8 |
| 3月28日 | 3月29日 | 3月30日 | 3月31日 | <p>暖かくなって花が咲き始めていますね</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p> | | | |
| おひるごはん | | | | | | | |
| | ご飯 春野菜のクリームシチュー トマトとアスパラのツナサラダ スープ フルーツ(オレンジ) | ご飯 助宗タラの甘酢あんかけ 鶏肉と切干大根の炒め煮 みそ汁 フルーツ(りんご) | ご飯 豚肉のみそ漬け焼き キャベツと厚揚げの煮物 すまし汁 | 春色丼 かぼちゃの甘辛煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ) | | | |
| 栄養価 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 279/8.2/8.1/44.8/1.1 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 302/13.0/7.0/48.5/0.6 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/15.1/10.6/36.4/0.7 | Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 295/11.5/5.2/52.7/0.5 | | | |

※都合により、献立を変更する場合がございます。



| 離乳食 | 曜日 | 後期(9~11ヶ月)カミカミ期 完了期(12ヶ月頃)バクバク期 | | 中期(7~8ヶ月)モグモグ期 | | 初期(5~6ヶ月)ゴックン期 | | 離乳食 | 曜日 | 後期(9~11ヶ月)カミカミ期 完了期(12ヶ月頃)バクバク期 | | 中期(7~8ヶ月)モグモグ期 | | 初期(5~6ヶ月)ゴックン期 | |
|-----|----|---|--|---|--|---|-----------------------|-----|----|--|---|--|--|---|-----------------------|
| | | 昼 | 使用食材一覧 | 昼 | 使用食材一覧 | 昼 | 使用食材一覧 | | | 昼 | 使用食材一覧 | 昼 | 使用食材一覧 | 昼 | 使用食材一覧 |
| 1 | 火 | 軟飯 助宗タラと玉ねぎのとりとろ煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(りんご) | 米・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・人参・さつまいろ・味噌・りんご | 7倍かゆ 助宗タラと玉ねぎのとりとろ煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(りんご) | 米・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・人参・さつまいろ・味噌・りんご | 10倍かゆ 玉ねぎ・人参ペースト さつまいろペースト りんごペースト | 米・玉ねぎ・人参・さつまいろ・りんご | 16 | 水 | 軟飯 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(バナナ) | 米・シロイタダ・チンゲン菜・出し汁・白菜・人参・もやし・味噌・バナナ | 7倍かゆ 白菜と人参のだし煮 みそ汁 | 米・シロイタダ・チンゲン菜・出し汁・白菜・人参・バナナ | 10倍かゆ チンゲン菜ペースト 白菜・人参ペースト バナナペースト | 米・チンゲン菜・白菜・人参・バナナ |
| 2 | 水 | 軟飯 鶏肉と小松菜のみそ煮 キャベツと人参のだし煮 すまし汁 | 米・鶏肉・小松菜・出し汁・味噌・キャベツ・人参・玉ねぎ・醤油 | 7倍かゆ 鶏肉と小松菜のみそ煮 キャベツと人参のだし煮 すまし汁 | 米・鶏肉・小松菜・出し汁・味噌・キャベツ・人参・玉ねぎ・醤油 | 10倍かゆ 小松菜ペースト キャベツ・人参ペースト 玉ねぎペースト | 米・小松菜・キャベツ・人参・玉ねぎ | 17 | 木 | 軟飯 大根サラダ みそ汁 | 米・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・大根・さつまいろ・味噌 | 7倍かゆ 大根サラダ みそ汁 | 米・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・大根・さつまいろ・味噌 | 10倍かゆ 大根ペースト さつまいろペースト | 米・玉ねぎ・ブロッコリー・大根・さつまいろ |
| 3 | 木 | 軟飯 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのマッシュ すまし汁・フルーツ(オレンジ) | 米・鶏肉・れんこん・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ソーメン・花ふ・オレンジ | 7倍かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのマッシュ すまし汁・フルーツ(オレンジ) | 米・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ソーメン・オレンジ | 10倍かゆ かぼちゃペースト 人参ペースト | 米・かぼちゃ・人参 | 18 | 金 | 軟飯 助宗タラと野菜のくたくた煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト | 米・スケソウタラ・玉ねぎ・小松菜・出し汁・白菜・人参・れんこん・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖 | 7倍かゆ 助宗タラと野菜のくたくた煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト | 米・スケソウタラ・玉ねぎ・小松菜・出し汁・白菜・人参・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖 | 10倍かゆ 玉ねぎ・小松菜ペースト 白菜・人参ペースト | 米・玉ねぎ・小松菜・白菜・人参 |
| 4 | 金 | 軟飯 鶏肉と野菜のほくほく煮 おとうふサラダ フルーツ(りんご) | 米・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・もやし・きゅうり・りんご | 7倍かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 おとうふサラダ フルーツ(りんご) | 米・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・きゅうり・りんご | 10倍かゆ じゃが芋ペースト 豆腐ペースト りんごペースト | 米・じゃが芋・玉ねぎ・人参・豆腐・りんご | 19 | 土 | 主食は主に種類の提供となります。 詳細につきましては連絡帳にてご確認ください。 | | | | | |
| 5 | 土 | 主食は主に種類の提供となります。 詳細につきましては連絡帳にてご確認ください。 | | | | | | 20 | 日 | 休園日 | | | | | |
| 6 | 日 | 休園日 | | | | | | 21 | 月 | 休園日(春分の日) | | | | | |
| 7 | 月 | 軟飯 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 ブロッコリーサラダ | 米・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー | 7倍かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 ブロッコリーサラダ | 米・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー | 10倍かゆ チンゲン菜ペースト ブロッコリーペースト | 米・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・ブロッコリー | 22 | 火 | 軟飯 白菜と小松菜のくたくた煮 大根と人参のサラダ みそ汁 | 米・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・玉ねぎ・れんこん・味噌 | 7倍かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた煮 大根と人参のサラダ みそ汁 | 米・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・玉ねぎ・味噌 | 10倍かゆ 小松菜ペースト 大根・人参ペースト 玉ねぎペースト | 米・小松菜・大根・人参・玉ねぎ |
| 8 | 火 | 軟飯 豆腐と野菜のコトコト煮 じゃが芋サラダ みそ汁 | 米・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・なす・味噌 | 7倍かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 じゃが芋サラダ みそ汁 | 米・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・なす・味噌 | 10倍かゆ 豆腐ペースト 玉ねぎ・人参ペースト じゃが芋ペースト | 米・豆腐・玉ねぎ・人参・じゃが芋 | 23 | 水 | 軟飯 白菜タラのトマト煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(りんご) | 米・シロイタダ・トマト・水・精製塩・白菜・人参・出し汁・チンゲン菜・味噌・りんご | 7倍かゆ 白菜タラのトマト煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(りんご) | 米・シロイタダ・トマト・水・精製塩・白菜・人参・出し汁・チンゲン菜・味噌・りんご | 10倍かゆ トマトペースト 白菜・人参ペースト チンゲン菜ペースト | 米・トマト・白菜・人参・チンゲン菜・りんご |
| 9 | 水 | 軟飯 鶏肉と野菜の豆乳煮 スープ フルーツ(バナナ) | 米・鶏肉・玉ねぎ・グリーンアスパラ・豆乳・水・精製塩・人参・コーン・出し汁・醤油・バナナ | 7倍かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 スープ フルーツ(バナナ) | 米・鶏肉・玉ねぎ・グリーンアスパラ・豆乳・水・精製塩・人参・醤油・バナナ | 10倍かゆ 玉ねぎペースト 人参ペースト バナナペースト | 米・玉ねぎ・人参・バナナ | 24 | 木 | 軟飯 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 小松菜と人参のサラダ みそ汁 | 米・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・人参・豆腐・味噌 | 7倍かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 小松菜と人参のサラダ みそ汁 | 米・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・人参・豆腐・味噌 | 10倍かゆ 玉ねぎペースト 小松菜ペースト 豆腐ペースト | 米・玉ねぎ・小松菜・人参・豆腐 |
| 10 | 木 | 軟飯 助宗タラとほうれん草のくたくた煮 大根と人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト | 米・スケソウタラ・ほうれん草・人参・出し汁・大根・人参・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖 | 7倍かゆ 助宗タラとほうれん草のくたくた煮 大根と人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト | 米・スケソウタラ・ほうれん草・人参・出し汁・大根・人参・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖 | 10倍かゆ ほうれん草ペースト 大根・人参ペースト | 米・ほうれん草・大根・人参 | 25 | 金 | 軟飯 鶏肉とじゃが芋のほっこり煮 白菜サラダ みそ汁 | 米・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・なす・味噌 | 7倍かゆ 鶏肉とじゃが芋のほっこり煮 白菜サラダ みそ汁 | 米・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・なす・味噌 | 10倍かゆ じゃが芋ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 白菜ペースト | 米・じゃが芋・玉ねぎ・人参・白菜 |
| 11 | 金 | 軟飯 鶏肉と野菜のくたくた煮 うどん・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・キャベツ・もやし・りんご | うどん・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・キャベツ・もやし・りんご | 7倍かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 うどん・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・キャベツ・もやし・りんご | うどん・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・キャベツ・もやし・りんご | 10倍かゆ うどんペースト チンゲン菜・人参ペースト キャベツペースト りんごペースト | うどん・チンゲン菜・人参・キャベツ・りんご | 26 | 土 | 主食は主に種類の提供となります。 詳細につきましては連絡帳にてご確認ください。 | | | | | |
| 12 | 土 | 主食は主に種類の提供となります。 詳細につきましては連絡帳にてご確認ください。 | | | | | | 27 | 日 | 休園日 | | | | | |
| 13 | 日 | 休園日 | | | | | | 28 | 月 | 軟飯 助宗タラと野菜のやわらか煮 ブロッコリーと大根のサラダ みそ汁 | 米・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・ブロッコリー・大根・豆腐・味噌 | 7倍かゆ 助宗タラと野菜のやわらか煮 ブロッコリーと大根のサラダ みそ汁 | 米・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・ブロッコリー・大根・豆腐・味噌 | 10倍かゆ 玉ねぎ・人参ペースト ブロッコリーペースト 大根ペースト 豆腐ペースト | 米・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・大根・豆腐 |
| 14 | 月 | 人參軟飯 鶏肉と野菜のくたくた煮 トマトとアスパラのサラダ スープ・フルーツ(オレンジ) | 米・人参・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・トマト・グリーンアスパラ・かぼちゃ・オレンジ | 人參7倍かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 トマトとアスパラのサラダ スープ・フルーツ(オレンジ) | 米・人参・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・トマト・グリーンアスパラ・かぼちゃ・オレンジ | 人參10倍かゆ 玉ねぎ・小松菜ペースト トマト・かぼちゃペースト | 米・人参・玉ねぎ・小松菜・トマト・かぼちゃ | 29 | 火 | 軟飯 鶏肉とじゃが芋のほっこり煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁 | 米・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・なす・ワカメ・味噌 | 7倍かゆ 鶏肉とじゃが芋のほっこり煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁 | 米・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・なす・ワカメ・味噌 | 10倍かゆ じゃが芋ペースト 人参ペースト | 米・じゃが芋・玉ねぎ・人参 |
| 15 | 火 | 軟飯 鶏肉とじゃが芋のほっこり煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁 | 米・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・なす・ワカメ・味噌 | 7倍かゆ 鶏肉とじゃが芋のほっこり煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁 | 米・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・なす・ワカメ・味噌 | 10倍かゆ じゃが芋ペースト 人参ペースト | 米・じゃが芋・玉ねぎ・人参 | 30 | 水 | 軟飯 白菜とチンゲン菜のくたくた煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(バナナ) | 米・シロイタダ・チンゲン菜・出し汁・白菜・人参・もやし・味噌・バナナ | 7倍かゆ 白菜とチンゲン菜のくたくた煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(バナナ) | 米・シロイタダ・チンゲン菜・出し汁・白菜・人参・バナナ | 10倍かゆ チンゲン菜ペースト 白菜・人参ペースト バナナペースト | 米・チンゲン菜・白菜・人参・バナナ |
| | | 軟飯 鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 大根サラダ みそ汁 | 米・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・大根・さつまいろ・味噌 | 7倍かゆ 鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 大根サラダ みそ汁 | 米・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・大根・さつまいろ・味噌 | 10倍かゆ 大根ペースト さつまいろペースト | 米・玉ねぎ・ブロッコリー・大根・さつまいろ | 31 | 木 | 主食は主に種類の提供となります。 詳細につきましては連絡帳にてご確認ください。 | | | | | |

※食材の搬入状況により、献立が変更となる場合がございます。