

11月

キッズ献立カレンダー 前半



二葉学園幼児部

月	火 11月1日	水 11月2日	木 11月3日	金 11月4日	土 11月5日	日 11月6日	
おひるごはん	 ご飯 ハンバーグ 切干大根サラダ みそ汁	 豚丼 大根の炒め煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	文化の日	 鉄分強化! ふいかけごはん 豆腐と鶏肉のうま煮 大根のツナ和え みそ汁	 ご飯 助宗タラのタルタル焼き 炒りおから みそ汁 フルーツ(柿)		
栄養価おやつ	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 393/13.5/12.8/58.8/0.9 牛乳 121Kcal かぶき揚げ 100Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 357/14.9/9.5/54.5/1.0 牛乳 121Kcal とんがりコーン 66Kcal		Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 385/15.1/13.4/53.0/1.1 フルーツ(ピーチ) 80Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 416/16.6/14.0/60.7/0.9 牛乳 121Kcal サッポロポテトバーベQ 39Kcal		
	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日
おひるごはん	 ご飯 ひじき入り厚焼き玉子 小松菜とツナのナムル風 熊本郷土料理だご汁	 鉄分強化! ふいかけごはん 助宗タラのココロ揚げ 豚肉と野菜のコンソメ煮 みそ汁 フルーツ(柿)	 ハヤシライス 白菜サラダ フルーツ(黄桃缶)	 ご飯 豚肉のオイスター炒め かぼちゃとひじきの煮物 みそ汁	 鉄分強化! ふいかけごはん 鮭とさつま芋の米粉天ぷら 鶏肉とかぶの煮物 すまし汁 フルーツ(バナナ)	 ご飯 高野豆腐の肉野菜あんかけ キャベツサラダ みそ汁 フルーツ(りんご)	
栄養価おやつ	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 396/14.2/14.2/55.0/1.1 牛乳 121Kcal あられ 40Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 390/16.0/11.0/59.7/1.2 牛乳 121Kcal 芋けんぴ 100Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 394/11.6/9.1/64.2/1.1 牛乳 121Kcal マカロニきな粉 118Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 369/14.7/10.4/57.5/1.2 牛乳 121Kcal しょうゆせんべい 75Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 470/17.1/13.6/70.9/0.9 牛乳 121Kcal むしパン(プレーン) 93Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 423/15.3/13.7/61.3/1.1 牛乳 121Kcal クッキー(ムーンライト) 104Kcal	
おひるごはん	 ご飯 ひとくちキンカツ 野菜の玉子とじ煮 みそ汁	 赤と黄色の落ち葉、秋を感じますね。 タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠					
栄養価おやつ	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 446/17.0/17.9/56.1/1.2 牛乳 121Kcal ルヴァン 78Kcal						

※都合により、献立を変更する場合がございます。