

11月

キッズ献立カレンダー 後半



	月	火	水	木	金	土	日
			11月15日	11月16日	11月17日	11月18日	11月19日
おひるごはん							
			かぼちゃ豚丼 大根の炒め煮 すまし汁 フルーツ(バナナ)	カレーライス 大根サラダ フルーツ(オレンジ)	鉄分強化! ふいかけごはん 豆腐と豚肉のうま煮 大根サラダ みそ汁 フルーツ(柿)	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(パイン缶)	
栄養価おやつ			Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 374/14.8/9.4/59.4/1.1 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 406/12.5/12.3/65.3/1.5 牛乳 121Kcal むしパン(フレーン) 93Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 435/17.1/14.3/63.0/1.0 牛乳 121Kcal ぶどうゼリー 80Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 407/16.2/13.8/60.0/0.9 牛乳 121Kcal サッポロポテトバーベQ 39Kcal	
	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日	11月25日	11月26日
おひるごはん				勤労感謝の日			
	ご飯 ふわふわ玉子の甘酢あんかけ 切干大根のツナ煮 みそ汁	ご飯 鶏肉のごま照り焼き さつまいものサラダ みそ汁	ハヤシライス ポテトサラダ オレンジゼリー		鉄分強化! ふいかけごはん 鮭とさつまいもの米粉天ぷら 春雨サラダ 鶏汁 フルーツ(柿)	ご飯 高野豆腐の肉野菜煮 キャベツとトマトのマヨサラダ 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 395/16.4/13.0/55.0/1.1 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 413/12.0/13.4/63.7/1.0 牛乳 121Kcal あんサンド 122Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 417/12.0/12.2/67.3/1.1 牛乳 121Kcal カンパン 83Kcal		Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 471/13.9/13.2/77.5/1.0 牛乳 121Kcal 塩せんべい 75Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 408/13.6/13.5/61.4/1.0 牛乳 121Kcal サッポロポテつぷつぷハシダフル 39Kcal	
	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日	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		
おひるごはん							
	ご飯 玉子と豚肉のオイスター炒め 野菜のどろみ煮 みそ汁	油揚げと人参のご飯 鶏のから揚げ キャベツとトマトのおかか和え みそ汁	かぼちゃ豚丼 大根の炒め煮 すまし汁 フルーツ(バナナ)	カレーライス 大根サラダ フルーツ(オレンジ)			
栄養価おやつ	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 365/15.4/12.0/51.2/1.2 牛乳 121Kcal 塩せんべい 75Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 420/14.2/15.6/57.8/1.0 牛乳 121Kcal ベジたべる 30Kcal	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 374/14.8/9.4/59.4/1.1 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 406/12.5/12.3/65.3/1.5 牛乳 121Kcal むしパン(フレーン) 93Kcal			

*都合により、献立を変更する場合がございます。