












11月

キッズ献立カレンダー 後半



	月	火	水	木	金 11月15日	土 11月16日	日 11月17日
おひるごはん		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			 ご飯 豚肉とさつまいもの炒め 大根のマヨ和え みそ汁	 ご飯 豆腐と野菜の煮もの 鶏肉と玉子のバター炒め みそ汁 フルーツ(白桃缶)	
栄養価おやつ					Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 397/12.7/12.6/62.3/0.8 牛乳 121Kcal マフィン 134Kcal	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 428/17.3/14.6/61.1/1.2 牛乳 121Kcal サッポロホトトフツバシタフル 39Kcal	
おひるごはん	 ご飯 豚肉とかぶの味噌煮 切干大根とツナ炒め すまし汁	 鉄分強化! ふりかけごはん 厚焼き玉子 豚肉とさつまいものあおさ炒め みそ汁 フルーツ(りんご)	 ご飯 白糸タラのグラタン風 豚肉と野菜の煮もの スープ フルーツ(オレンジ)	 ご飯 鶏肉の照り焼き さつまいもサラダ みそ汁	 カレーライス もやしときゅうりのナムル フルーツ(バナナ)	勤労感謝の日	
栄養価おやつ	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 385/14.5/11.9/57.2/1.0 牛乳 121Kcal サッポロホトトフツバベQ 39Kcal	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 432/15.6/15.0/62.6/1.0 牛乳 121Kcal ルヴァン 78Kcal	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 376/14.8/9.6/61.1/1.1 牛乳 121Kcal マカロニきな粉 118Kcal	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 400/12.7/13.1/61.9/1.0 牛乳 121Kcal かりかりルミゴ7Kcal チーズ34Kcal	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 390/11.6/12.0/63.4/1.5 牛乳 121Kcal メロンパンクッキー 101Kcal		
おひるごはん	 ご飯 カラスカレイの南蛮漬け ささみと大根のマヨサラダ みそ汁 フルーツ(りんご)	 ●舞茸ごはん ハンバーグ 白菜とパプリカのごま和え みそ汁 フルーツ(オレンジ)	 鉄分強化! ふりかけごはん 高野豆腐の肉野菜煮 ひじきとキャベツの炒め物 みそ汁 ヨーグルト	 ご飯 助宗タラの焼き浸し 炒りおから みそ汁 フルーツ(りんご)	 ご飯 豚肉とさつまいもの炒め 大根のマヨ和え みそ汁	 中華丼 かぼちゃのサラダ 中華スープ フルーツ(りんご)	
栄養価おやつ	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 345/10.9/10.4/54.6/1.0 牛乳 121Kcal かぶき揚げ 100Kcal	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 425/15.5/14.2/62.9/1.1 牛乳 121Kcal あられ 40Kcal	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 422/14.8/14.7/61.4/1.2 牛乳 121Kcal かりかりルミゴ7Kcal チーズ34Kcal	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 359/15.3/9.4/58.3/1.0 牛乳 121Kcal マカロニきな粉 118Kcal	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 397/12.7/12.6/62.3/0.8 牛乳 121Kcal マフィン 134Kcal	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 394/12.7/11.5/63.3/1.0 牛乳 121Kcal サッポロホトトフツバシタフル 39Kcal	

*都合により、献立を変更する場合がございます。