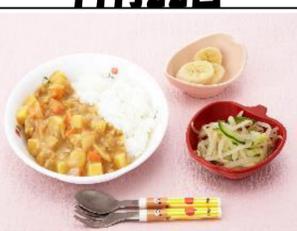
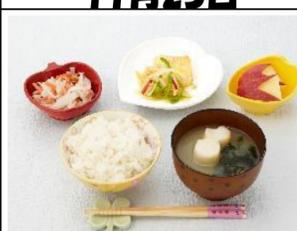


	月	火	水	木	金 11月15日	土 11月16日	日 11月17日
おひるごはん		赤と黄色の落ち葉、秋を感じますね。					
栄養価おやつ		タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠			ご飯 豚肉とさつまいもの炒め 大根のマヨ和え みそ汁	ご飯 豆腐と野菜の煮もの 鶏肉と玉子のバター炒め みそ汁 フルーツ(白桃缶)	
					Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 397/12.7/12.6/62.3/0.8 牛乳 121Kcal マフィン 134Kcal	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 428/17.3/14.6/61.1/1.2 牛乳 121Kcal サッポロホトトフツ(白桃缶) 39Kcal	
	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日
おひるごはん						勤労感謝の日	
	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! ふいかけごはん 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)		
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(バーベ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 かりかりルヴァン 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		
	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日	
おひるごはん					愛情弁当の日		
	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! ふいかけごはん 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)			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 かりかりルヴァン 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 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(白桃缶) 39Kcal	

*都合により、献立を変更する場合がございます。