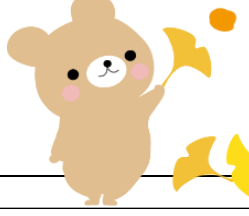
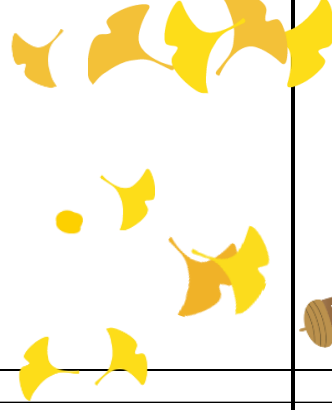


11月 キッズ献立カレンダー 前半

タイヘイ株式会社

	月 11月1日	火 11月2日	水 11月3日	木 11月4日	金 11月5日	土 11月6日	日 11月7日
おひるごはん	 鉄分強化！ふりかけごはん 鮭とほうれん草のグラタン風 白菜とひじきのマヨサラダ みそ汁 フルーツ（オレンジ）	 ごはん 豆腐の肉野菜あんかけ さつま芋の塩バター煮 すまし汁 フルーツ（りんご）	文化の日	 スパゲッティミートソース 白菜の玉子サラダ スープ	 ごはん カラスカレイの竜田揚げ 豚肉とじゃが芋の煮物 みそ汁 フルーツ（オレンジ）		
栄養価	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 367/13.4/10.1/54.9/1.1	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 427/13.2/9.5/70.0/0.8		kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 388/16.9/15.6/43.4/1.5	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 428/14.4/13.8/58.4/0.8		
	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日
おひるごはん	 コーンピラフ 鶏肉とさつま芋のクリームシチュー ほうれん草とトマトのサラダ フルーツ（オレンジ）	 鉄分強化！ふりかけごはん 助宗タラと野菜の甘辛焼き 茹で豚とチンゲン菜のサラダ みそ汁 フルーツ（柿）	 肉うどん 厚揚げのきのこあんかけ ヨーグルト	 ケチャップライスのふわふわ玉子のせ 白菜と人参のごまサラダ スープ フルーツ（りんご）	 ●花ちらし寿司 ●にっこりハンバーグ すまし汁 フルーツ（バナナ）		
栄養価	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 456/13.1/12.8/70.7/1.5	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 388/13.9/8.5/61.5/1.0	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 362/18.0/14.0/40.6/1.0	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 383/11.5/12.3/54.0/1.4	kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 423/15.4/12.4/60.0/1.0		
おひるごはん		紅葉がきれいですね～  タイヘイ（株） 応援サポーター 林家たい平師匠					
栄養価							

※都合により、献立を変更する場合がございます。