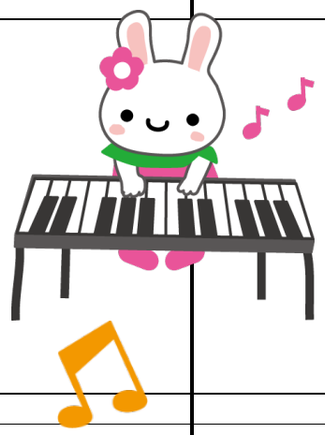
11月 リトルキッズ献立カレンダー 前半

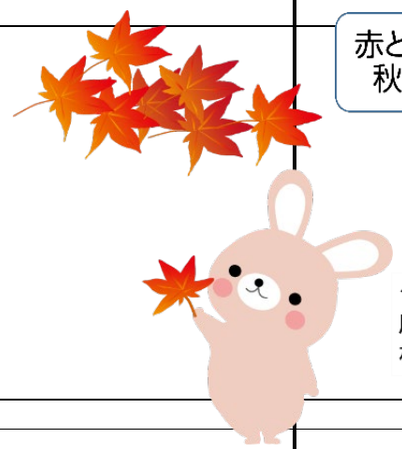
タイヘイ株式会社

	月	火	水	木	金	土	日
			11月1日	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日
おひるごはん			ご飯 鮭のねぎ風味焼き 厚揚げともやしの煮物 みそ汁 フルーツ(柿)	ご飯 豚肉と野菜のトマト煮 大根とパプリカのごまサラダ スープ		カレーライス フルーツ	
栄養価			kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 317/16.0/10.8/41.4/0.6	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/10.3/6.9/40.4/0.7			
	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日
おひるごはん	カレーライス マカロニサラダ スープ フルーツ(みかん缶)	ご飯 助宗タラの竜田焼き 鶏肉とキャベツの煮物 みそ汁 フルーツ(柿)	けんちんうどん かぼちゃと豚肉のとろみ煮 フルーツ(バナナ)	ご飯 鮭の甘酢漬け 小松菜のごま和え みそ汁 フルーツ(りんご)	ご飯 豆腐と鶏肉のみそ煮 きゅうりとコーンのツナサラダ すまし汁	ハヤシライス フルーツ	
栄養価	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 312/11.0/6.6/53.7/1.0	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 259/12.2/6.0/41.1/0.8	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 250/10.8/6.1/38.5/0.8	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 258/11.4/6.9/40.4/0.7	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 304/12.7/9.4/43.3/0.8		
	11月13日	11月14日					
おひるごはん	ご飯 カラスカレイのパン粉焼き 玉ねぎの根菜煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 ハンバーグケチャップソース かぶとワカメのサラダ みそ汁				赤と黄色の落ち葉、 秋を感じますね。 タイヘイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠	
栄養価	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 286/8.8/9.2/44.1/0.5	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 297/11.6/9.3/42.9/0.8					

※都合により、献立を変更する場合がございます。

11月 リトルキッズ献立カレンダー 後半

タイヘイ株式会社

	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			●鮭ちらし寿司 厚揚げと野菜の煮物 みそ汁 フルーツ(柿)	ご飯 豚肉と野菜のトマト煮 大根とパプリカのごまサラダ スープ	ご飯 鶏肉とさつま芋の中華風から揚げ 白菜のしらす煮 みそ汁	カレーライス フルーツ	
栄養価			kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 307/16.2/9.9/40.8/0.7	kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/10.3/6.9/40.4/0.7	kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 339/12.3/11.7/47.4/0.9		
	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	カレーライス マカロニサラダ スープ フルーツ(オレンジ)	ご飯 助宗タラの竜田焼き 鶏肉とキャベツの煮物 みそ汁 フルーツ(柿)	けんちんうどん かぼちゃと豚肉のとろみ煮 フルーツ(バナナ)		ご飯 豆腐と鶏肉のみそ煮 きゅうりとコーンのツナサラダ すまし汁	ハヤシライス フルーツ	
栄養価	kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 307/11.1/6.6/53.0/1.0	kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 259/12.2/6.0/41.1/0.8	kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 250/10.8/6.1/38.5/0.8		kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 304/12.7/9.4/43.3/0.8		
	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日			
おひるごはん	ご飯 カラスカレイのパン粉焼き 玉ねぎの根菜煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 ハンバーグケチャップソース かぶとワカメのサラダ みそ汁	ご飯 鮭のねぎ風味焼き ●豆腐田楽風(岩手県) ●いものこ汁(岩手県) フルーツ(柿)	ご飯 豚肉と野菜のトマト煮 大根とパプリカのごまサラダ スープ		赤と黄色の落ち葉、 秋を感じますね。 タイヘイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠	
栄養価	kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 286/8.8/9.2/44.1/0.5	kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 297/11.6/9.3/42.9/0.8	kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 298/15.8/8.2/42.7/1.0	kcal/ﾀﾝﾊﾟｸg/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/10.3/6.9/40.4/0.7			

※都合により、献立を変更する場合がございます。