

11月 キッズ献立カレンダー 前半



タイハイ株式会社

	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	<p>ごはん チキンソテー BBQソース 小松菜の玉子サラダ みそ汁</p>	<p>ごはん 豆腐の肉野菜あんかけ さつまいもの塩バター煮 すまし汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>文化の日</p>	<p>ごはん 白糸タラのごまみそ煮 鶏肉とフロッコリーのソテー すまし汁 ヨーグルト</p>	<p>鉄分強化！ふりかけごはん 豆腐と鶏肉のケチャップ煮 切干大根とキャベツのマヨサラダ みそ汁</p>	<p>お弁当日</p>	<p>保育園お休み</p>
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 380/14.2/12.6/49.1/1.1	Kcal/タンパク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g/脂質g/炭水化物g/塩分g 362/14.5/7.3/57.2/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 410/14.3/11.8/58.8/1.1		
	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	<p>コーンピラフ 鶏肉とさつまいも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)</p>	<p>鉄分強化！ふりかけごはん 助宗タラと野菜の甘辛焼き 茹で豚と千んげん菜のサラダ みそ汁 フルーツ(柿)</p>	<p>ごはん エビと大豆のトマト煮込み もやしときゅうりのマヨサラダ スープ フルーツ(バナナ)</p>	<p>ごはん 豚肉のオイスター炒め 炒りおから みそ汁</p>	<p>●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)</p>	<p>お弁当日</p>	<p>保育園お休み</p>
栄養価	Kcal/タンパク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g/脂質g/炭水化物g/塩分g 353/11.6/7.7/58.3/1.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 389/14.8/9.2/60.4/1.2	Kcal/タンパク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	<p>※小麦粉の代替食品として米粉を使用しています マヨネーズは卵が入っていないものを使用しています</p>						
栄養価					<p>※都合により、献立を変更する場合がございます。</p>		