



	月	火	水	木	金	土	日
おひるごはん					<p>2024/11/1</p> <p>ご飯 鮭のごまみそ焼き ささみの玉子とし煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>2024/11/2</p> <p>中華丼 かぼちゃのサラダ 中華スープ フルーツ(りんご)</p>	<p>2024/11/3</p> <p>ご飯 助宗タラのムニエル 鶏レバーの甘辛煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>
					Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g
	2024/11/4	2024/11/5	2024/11/6	2024/11/7	2024/11/8	2024/11/9	2024/11/10
おひるごはん	<p>2024/11/4</p> <p>ご飯 鶏肉とかぼちゃのトマト煮 キャロットラペ みるくスープ</p>	<p>2024/11/5</p> <p>鉄分強化！ふりかけごはん 厚焼き玉子 豚肉とさつま芋のあおさ炒め みそ汁 フルーツ(パイン缶)</p>	<p>2024/11/6</p> <p>マーボーうどん 大根と玉子サラダ フルーツ(柿)</p>	<p>2024/11/7</p> <p>ケチャップライスのふわふわ玉子のせ キャベツとツナの炒め物 スープ ヨーグルト</p>	<p>2024/11/8</p> <p>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)</p>	<p>2024/11/9</p> <p>ご飯 白糸タラの竜田焼き 野菜の玉子とし みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>2024/11/10</p> <p>納豆ごはん 豚肉と豆腐のきのこあん かぼちゃの炒め物 みそ汁</p>
	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g
	2024/11/11	2024/11/12	2024/11/13	2024/11/14			
おひるごはん	<p>2024/11/11</p> <p>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)</p>	<p>2024/11/12</p> <p>ご飯 ハンバーグ 白菜のごま和え みそ汁</p>	<p>2024/11/13</p> <p>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</p>	<p>2024/11/14</p> <p>スパゲッティミートソース ポテト玉子サラダ スープ</p>	<p>赤と黄色の落ち葉、秋を感じますね。</p>		
	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠		

※都合により、献立を変更する場合がございます。

# 11月

# キッズ献立カレンダー 後半



	月	火	水	木	金	土	日							
おひるごはん	<p>赤と黄色の落ち葉、秋を感じますね。</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>		<p>●花ちらし寿司 ●鮭のサクサクフライ 鶏汁 フルーツ(オレンジ)</p>			<p>中華丼 かぼちゃのサラダ 中華スープ フルーツ(りんご)</p>		<p>ご飯 助宗タラのムニエル 鶏レバーの甘辛煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>						
			<p>Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>412/19.2/11.4/61.2/1.2    394/12.7/11.5/63.3/1.0    368/14.7/7.4/64.0/1.0</p>			<p>2024/11/15    2024/11/16    2024/11/17</p>								
おひるごはん	<p>ご飯 鶏肉とかぼちゃのトマト煮 キャロットラペ みるくスープ</p>		<p>鉄分強化!ふりかけごはん 厚焼き玉子 豚肉とさつま芋のあおさ炒め みそ汁 フルーツ(りんご)</p>		<p>マーボーうどん 大根と玉子サラダ フルーツ(柿)</p>		<p>ケチャップライスのふわふわ玉子のせ キャベツとツナの炒め物 スープ ヨーグルト</p>		<p>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)</p>		<p>ご飯 白糸タラの竜田焼き 野菜の玉子とじ みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>		<p>納豆ごはん 豚肉と豆腐のきのこあん かぼちゃの炒め物 みそ汁</p>	
	<p>Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>404/13.2/12.7/64.4/1.1    432/15.6/15.0/62.6/1.0    361/15.1/13.1/45.3/1.1    382/14.7/13.3/54.7/1.5    390/11.6/12.0/63.4/1.5    363/13.0/8.7/61.1/0.9    445/19.1/14.4/64.4/1.1</p>		<p>2024/11/18    2024/11/19    2024/11/20    2024/11/21    2024/11/22    2024/11/23    2024/11/24</p>											
おひるごはん	<p>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)</p>		<p>●舞茸ご飯 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)</p>		<p>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</p>		<p>スパゲッティミートソース ポテト玉子サラダ スープ</p>		<p>ご飯 鮭のごまみそ焼き ささみの玉子とじ煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ)</p>		<p>中華丼 かぼちゃのサラダ 中華スープ フルーツ(りんご)</p>			
	<p>Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>345/10.9/10.4/54.6/1.0    425/15.5/14.2/62.9/1.1    422/14.8/14.7/61.4/1.2    398/16.9/16.7/48.2/1.5    357/16.8/8.8/54.6/0.9    394/12.7/11.5/63.3/1.0</p>		<p>2024/11/25    2024/11/26    2024/11/27    2024/11/28    2024/11/29    2024/11/30</p>											

※都合により、献立を変更する場合がございます。