

# 11月

# リトルキッズ献立カレンダー 後半



	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	<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>●鮭ちらし寿司 豚肉とかぶの煮物 みそ汁 フルーツ(りんご)</p>	<p>鉄分強化! ふいかけご飯 鶏肉のから揚げたれがらめ 白菜の煮浸し みそ汁</p>	<p>ご飯 高野豆腐の豆乳クリーム焼き 鶏レバーのケチャップ煮 スープ</p>	<p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 278/14.8/7.3/40.9/0.7</p>	<p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 296/10.7/10.1/43.9/0.8</p>	<p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 315/14.5/8.9/46.7/1.0</p>
おひるごはん	<p>ご飯 白糸タラのパン粉焼き 玉ねぎの根菜煮 鶏汁 フルーツ(オレンジ)</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 286/14.8/6.0/44.9/0.5</p>	<p>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 スープ</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 295/11.1/10.0/42.3/0.8</p>	<p>ご飯 厚揚げと鶏肉のきのこ煮 きゅうりと人参のごまサラダ みそ汁</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 311/13.1/12.4/40.0/0.7</p>	<p>三色丼 かぼちゃの甘辛炒め みそ汁</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 272/9.6/8.2/43.4/0.6</p>	<p>●舞茸ご飯 ●鮭とさつま芋の磯風味炒め ●かぶと豚肉の煮物 みそ汁 フルーツ(バナナ)</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 334/15.4/8.5/51.7/0.7</p>	<p>鉄分強化! ふいかけご飯 鶏肉のから揚げたれがらめ 白菜の煮浸し みそ汁</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 296/10.7/10.1/43.9/0.8</p>		
								<p>11月25日</p> <p>Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 286/14.8/6.0/44.9/0.5</p>

※都合により、献立を変更する場合がございます。