

11月 リトルキッズ献立カレンダー 後半



実務保育園

	月	火	水	木	金	土 11月15日	日 11月16日
よるごはん	 赤と黄色の落ち葉、 秋を感じますね。 タイハイ（株） 応援サポーター 林家たい平師匠				 ご飯 豆腐と豚肉のみそ煮 さつまいもと人参のおかか炒め すまし汁	休園日	
					kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 313/12.0/8.3/50.2/0.7		
栄養価						kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 313/12.0/8.3/50.2/0.7	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g
	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日
よるごはん	 鉄分強化！ふりかけご飯 カラスカレイの変わり西京風焼き 豆腐のやわらか煮 すまし汁 フルーツ(りんご)	 ご飯 豚肉の治部煮風 さつまいものツナ炒め みそ汁	 ご飯 鮭のマヨネーズ焼き 白菜と鶏ささみのサラダ みそ汁 フルーツ(オレンジ)	 納豆ごはん 和風チキンステーキ なすとれんこんのおかか煮 みそ汁	 しらすの米粉かき揚げ丼 豚肉とキャベツの煮物 みそ汁 フルーツ(バナナ)	 ご飯 鶏肉の生姜炒め ひじきの炒り煮 みそ汁	休園日
	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 308/10.1/11.1/46.3/0.8	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 306/11.9/8.8/47.2/0.7	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 301/15.1/9.1/41.7/0.6	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 296/13.6/9.3/41.9/0.8	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 333/9.9/9.5/53.7/0.9	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 273/11.1/10.3/37.2/0.8	
栄養価							
	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日
よるごはん	休園日	 ご飯 助宗タラと野菜のみそ炒め キャベツと鶏ささみのとろみ煮 すまし汁 アップルゼリー	 鉄分強化！ふりかけご飯 豚肉のマヨネーズ炒め 白菜の信田煮 みそ汁	 ご飯 白系タラの漬け焼き 鶏肉とチンゲン菜の煮物 みそ汁 フルーツ(柿)	 ご飯 鶏肉のごまだれ焼き もやしと人参のサラダ みそ汁	ナポリタン	休園日
	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 266/14.0/3.5/46.8/0.8	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 300/11.3/11.6/41.0/0.9	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/13.2/7.7/40.4/0.6	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 264/9.4/9.6/37.5/0.7	kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g	
栄養価							

※都合により、献立を変更する場合がございます。