



「トルキッス献立カレンダー」前半



	月	火	水	木	金	土	日	
おやつ								9月1日
		風にたなびくススキと丸い月が綺麗ですね～。 タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平 師匠						
おやつ	9月2日 	9月3日 	9月4日 	9月5日 	9月6日 	9月7日 	9月8日 	
	牛乳 混ぜ込みそばろチーズごはん Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 200/8.7/8.3/24.8/0.6	牛乳 大学かぼちゃ鉄分強化チーズ Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 164/6.7/7.4/21.0/0.7	牛乳 イチゴジャム蒸しパン Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 155/5.7/4.4/24.9/0.4	牛乳 きなこ豆乳パンケーキ Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 157/7.4/6.4/19.4/0.4	牛乳 サクサクおふラスク 洋なし寒天 Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 163/5.5/8.0/19.6/0.2	牛乳 肉まん風 Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 179/8.4/7.0/22.3/0.6	牛乳 おからホットケーキ Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 157/6.3/5.4/23.8/0.4	
おやつ	9月9日 	9月10日 	9月11日 	9月12日 	9月13日 	9月14日 		
	牛乳 しらす入りふりかけおにぎり スティック野菜 Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 164/5.9/5.3/25.9/0.4	牛乳 人参のおやき フルーツ(オレンジ) Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 123/4.5/4.2/18.4/0.2	牛乳 ふんわりどら焼き Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 146/5.6/4.8/21.8/0.4	牛乳 きな粉蒸しパン Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 162/7.0/5.6/22.7/0.4	牛乳 パワフルおにぎり Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 169/6.0/4.8/27.8/0.3	牛乳 ふんわりスコーン Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 169/4.8/6.3/24.9/0.5		

※都合により、献立を変更する場合がございます。