

# 10月

# 「トルキッス献立カレンダー」後半



タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金	土	日
		10月15日	10月16日	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日
おやつ							
		牛乳 きなこ豆乳パンケーキ	牛乳 肉ふりかけごはん 塩もみきゅうり	牛乳 チーズスコーン	牛乳 サクサクおふラスク 洋なし寒天	牛乳 ほうれん草の蒸しパン	牛乳 さつまいもあんおはぎ風(きなこ・ごま)
栄養価		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	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 187/8.8/6.9/24.3/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 182/7.3/9.6/18.1/1.0	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	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 160/6.0/4.4/25.9/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 183/6.1/5.4/30.5/0.1
	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日	10月26日	10月27日
おやつ							
		牛乳 お好み焼き	牛乳 豆乳ホットケーキ	牛乳 大学かぼちゃ 鉄分強化チーズ	牛乳 イチゴジャム蒸しパン	牛乳 パワフルおにぎり	牛乳 ヘルシーくずもち
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 175/8.5/7.1/21.4/0.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 142/5.2/4.8/21.1/0.4	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	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	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	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 130/6.6/6.4/13.1/0.1	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
	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	<p>ハッピーハロウィン! たのしそうですね~</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>		
おやつ							
	牛乳 ふんわりスコーン	牛乳 きなこ豆乳パンケーキ	牛乳 肉ふりかけごはん 塩もみきゅうり	牛乳 チーズスコーン			
栄養価	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	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	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 187/8.8/6.9/24.3/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 182/7.3/9.6/18.1/1.0			

※都合により、献立を変更する場合がございます。