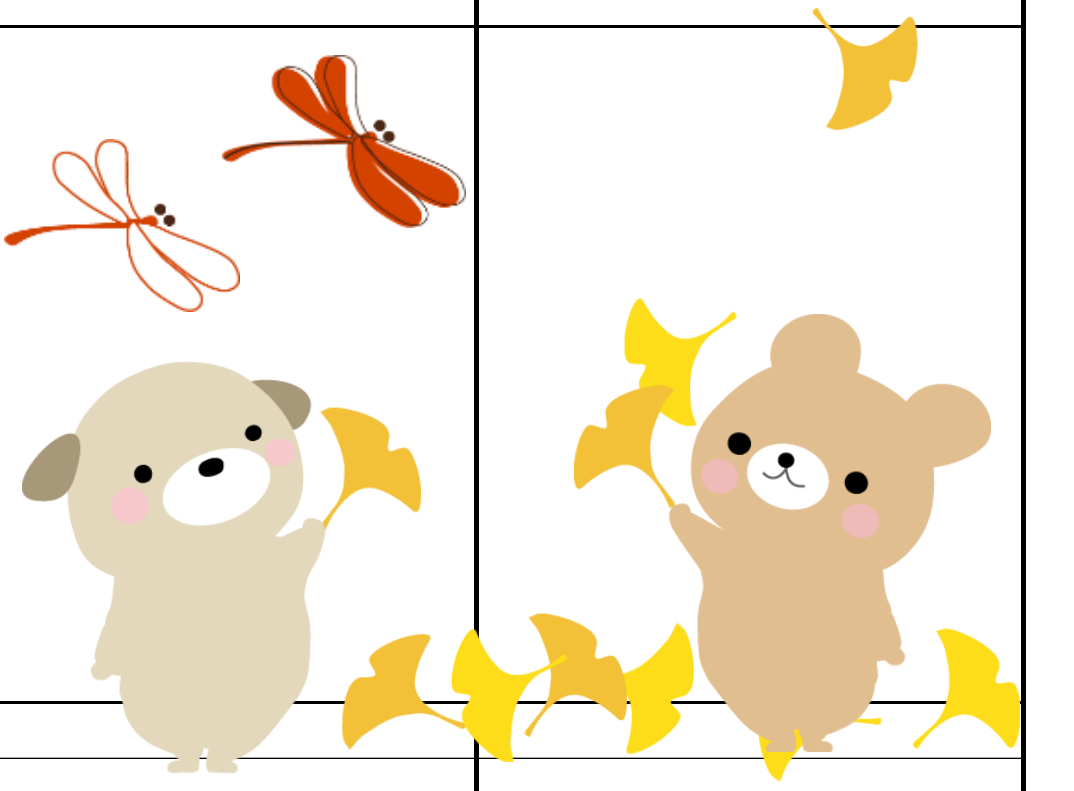




11月イトルキッス献立カレンダー 前半



タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金	土 11月1日	日 11月2日
おひるごはん	 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					 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	 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
						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 297/10.8/10.1/44.0/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 304/14.5/8.8/44.1/1.0
おひるごはん	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日
	 カレーライス マカロニサラダ スープ フルーツ(オレンジ)	 ご飯 助宗タラの竜田焼き キャベツと鶏肉の煮物 みそ汁 アップルゼリー	 けんちんうどん かぼちゃと豚肉のトロみ煮 フルーツ(柿)	 ご飯 カラスカレイの甘酢漬け 小松菜のごま和え みそ汁 ヨーグルト	 ツナピラフ トマト煮込みハンバーグ スパゲッティサラダ スープ フルーツ(オレンジ)	 鉄分強化！ふいかけご飯 助宗タラの照り焼き 豚じゃが みそ汁 フルーツ(柿)	 ご飯 鶏肉と野菜の醤油炒め 切干大根サラダ みそ汁
おひるごはん	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日		
	 カレーライス 大根のマヨサラダ スープ フルーツ(オレンジ)	 ソース焼きうどん さつま芋のごまがらめ みそ汁	 ご飯 里芋コロッケ ひじきのコーンマヨサラダ みそ汁 フルーツ(オレンジ)	 ナポリタン キャベツのマヨサラダ スープ	 ●鮭ちらし寿司 豚肉とかぶの煮物 みそ汁 ヨーグルト		
おひるごはん	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日		
	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 319/10.9/8.0/53.9/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 260/12.7/4.9/43.3/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 247/9.9/6.8/37.6/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/9.4/10.0/39.7/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 375/12.3/13.1/54.3/1.1		
おひるごはん	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日		
	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 314/11.3/10.1/47.8/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 302/11.4/8.8/45.4/1.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 327/8.2/11.5/52.2/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/11.7/10.5/31.8/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 290/15.9/8.1/39.9/0.7		

※都合により、献立を変更する場合がございます。