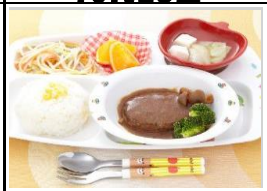
10月 リトルキッズ献立カレンダー 後半

タイヘイ株式会社

	月	火	水	木	金	土	日
					10月15日	10月16日	10月17日
ひるごはん		秋はおいしい食べ物がたくさんありますね～ タイヘイ（株） 応援サポーター 林家たい平師匠			 ご飯 豆腐と豚肉のくずし煮 小松菜の醤油炒め みそ汁	休園日 （日乃出保育園運動会）	休園日
栄養価					Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 272/11.6/6.6/39.3/0.6		
	10月18日	10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日
ひるごはん	 鉄分強化！ふりかけご飯 鶏肉とほうれん草の彩り中華炒め ブロッコリーとコーンのサラダ みそ汁	 ご飯 助宗タラの香草マヨ焼き 大根と人参のツナサラダ みそ汁 フルーツ（オレンジ）	 あったかソーメン さつま芋とごぼうの金平炒め フルーツ（バナナ）	 豚肉とれんこんの混ぜご飯 玉ねぎと枝豆のあんかけ豆腐 白菜と人参のオーロラサラダ みそ汁	 ご飯 カラスカレイの磯風味焼き 鶏肉とチンゲン菜の炒め煮 みそ汁 フルーツ（バナナ）	お弁当の日	休園日
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 272/9.8/9.0/37.1/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 295/10.4/9.7/40.0/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 230/7.8/4.2/39.1/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 309/12.0/9.4/42.2/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 281/9.0/7.8/42.7/0.6		
	10月25日	10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日
ひるごはん	 ご飯 豚肉のおかか炒め ブロッコリーのしらす煮 みそ汁	 鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラと野菜の炒め物 白菜と鶏肉の炒め煮 みそ汁 フルーツ（りんご）	 ご飯 鶏肉のケチャップ煮 切干大根のツナ炒め スープ	 コーンピラフ 煮込みハンバーグ スパゲッティサラダ 豆腐スープ フルーツ（オレンジ）	 ご飯 豆腐と豚肉のくずし煮 小松菜の醤油炒め みそ汁	お弁当の日	休園日
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 249/12.2/5.1/37.7/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 309/12.2/7.1/47.6/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 282/10.0/8.3/40.7/1.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 356/11.5/11.3/51.5/1.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 272/11.6/6.6/39.3/0.6		

※都合により、献立を変更する場合がございます。