

11月

「トルキッス献立カレンダー」前半



	月	火	水	木	金 11月1日	土 11月2日	日 11月3日
おやつ							
栄養価					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 160/3.6/3.6/31.9/0.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 161/10.1/3.9/21.9/0.5
	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日
おやつ							
栄養価	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 146/5.6/4.8/21.8/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 156/5.8/4.8/24.9/0.4	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	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 148/4.2/5.0/24.9/0.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 165/7.6/5.0/24.9/0.4
	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	<p>赤と黄色の落ち葉、秋を感じますね。</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							
栄養価	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 130/5.9/4.9/16.9/0.1	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 171/7.7/6.2/22.9/0.4			

※都合により、献立を変更する場合がございます。