




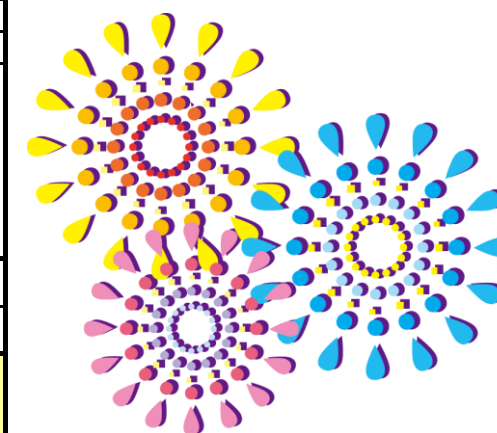


8/20～8/26 朝食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社

日付 曜日	8月20日 (火)	8月21日 (水)	8月22日 (木)	8月23日 (金)
朝食	ミートボール カリフラワーのクリーム煮 いんげんの胡麻よごし みそ汁	千草玉子焼き 仙台麩と野菜の煮物 オクラと湯葉のお浸し みそ汁	ポイルウインナー おからと竹輪の炒り煮 キャベツサラダサウザン風 みそ汁	豆乳がんも煮 とろろ 春雨中華サラダ みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 131Kcal/6.0g/4.2g/18.6g/2.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 128Kcal/8.2g/4.3g/14.6g/1.7g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 174Kcal/7.3g/10.4g/12.6g/1.7g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 142Kcal/6.1g/4.8g/18.7g/2.3g
				





日付 曜日	8月24日 (土)	8月25日 (日)	8月26日 (月)
朝食	あじさんが焼き ふき土佐煮 大根サラダ みそ汁	香味しゅうまい 蒸し鶏サラダ 白福豆 みそ汁	しそ入りしんじょ餡かけ なめ茸おろし 青菜と昆布の煮浸し みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 128Kcal/7.3g/6.1g/11.1g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 161Kcal/8.2g/5.7g/19.9g/1.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 106Kcal/6.1g/3.0g/16.9g/2.1g
			



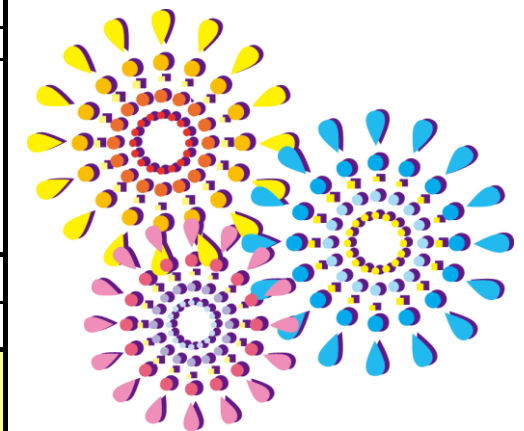
※お米の栄養価は含まれておりません

8/20～8/26 昼食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社

日付 曜日	8月20日 (火)	8月21日 (水)	8月22日 (木)	8月23日 (金)
昼食	さわら西京焼き ごぼうの旨煮 さつまいもと豆のハニーマスタード風味 かき玉汁	肉団子のちらし寿司 牛肉コロッケ 菜の花ちらし みそ汁	焼きそば ピーマンナムル フルーツ(梨) みそ汁	ぶり照り揚げ 白菜の煮びたし ワカメとオクラの酢の物 みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 206Kcal/16.3g/7.6g/18.9g/2.7g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 317Kcal/9.1g/14.1g/39.9g/4.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 434Kcal/9.7g/13.9g/66.4g/4.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 271Kcal/13.1g/14.7g/23.1g/2.4g
				





日付 曜日	8月24日 (土)	8月25日 (日)	8月26日 (月)
昼食	鶏の唐揚げ 高野の含め煮 さつま揚げとインゲンのピーナッツ和え みそ汁	発芽玄米ご飯 ニシンごま味噌煮 焼き餃子 きゅうりのゆかり風味 すまし汁	豚角煮丼 あさりとキャベツのだし煮 根菜つみれ汁 フルーツ(りんご缶)
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 272Kcal/17.5g/9.4g/31.8g/2.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 220Kcal/11.2g/9.2g/21.5g/2.1g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 297Kcal/10.4g/16.4g/24.3g/2.8g
			






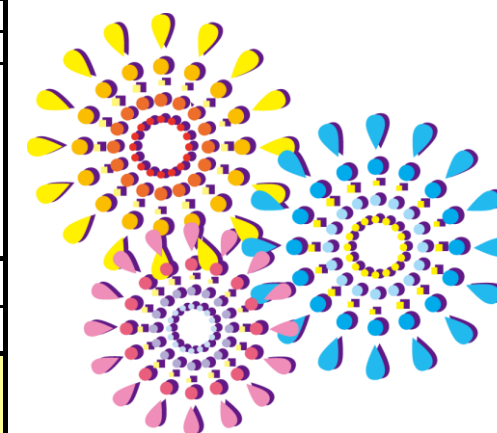
※お米の栄養価は含まれておりません

8/20～8/26 夕食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社

日付 曜日	8月20日 (火)	8月21日 (水)	8月22日 (木)	8月23日 (金)
夕食	五穀ご飯 チキンのBBQソース ワケとカニカマのやわらか煮 マカロニサラダ みそ汁	甘辛煮のせ豆腐 ゆず風味大根 イタリアンサラダ みそ汁	さば煮付け ひじきの彩り煮 里芋の鶏そぼろあんかけ みそ汁	ハンバーグ 甘辛鶏ごぼう 菜の花の胡麻よごし すまし汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 280Kcal/13.0g/15.3g/22.7g/2.7g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 187Kcal/10.3g/10.7g/13.7g/1.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 230Kcal/12.5g/13.5g/15.6g/2.1g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 194Kcal/12.8g/7.3g/22.4g/2.6g
				

日付 曜日	8月24日 (土)	8月25日 (日)	8月26日 (月)
夕食	豚しゃぶと青葱の炒飯 れんこん金平 キャベツとかにかまの煮物 中華スープ	牛肉とかぶの煮物 かき揚げ 春菊信田和え みそ汁	シルバー照り焼き さつまいもとツナのトマト煮 なす田楽 みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 194Kcal/7.2g/10.2g/17.9g/2.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 312Kcal/10.8g/17.5g/28.2g/2.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 233Kcal/12.5g/7.6g/28.3g/2.1g
			



※お米の栄養価は含まれておりません