



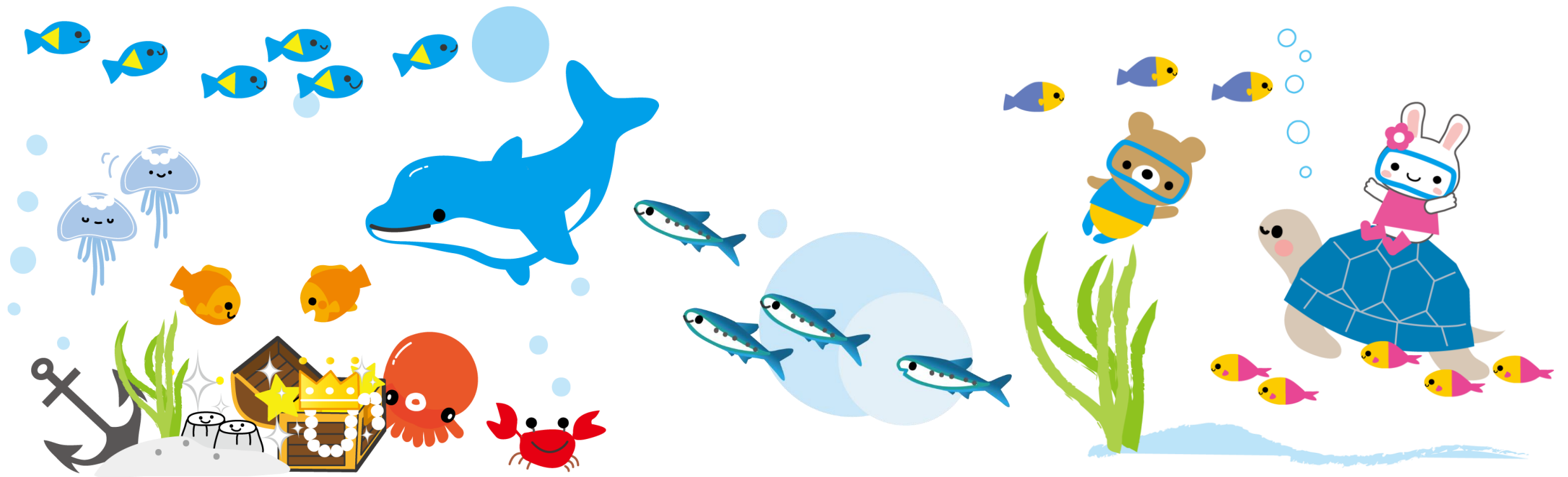


# 8/16～8/19 朝食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社

日付 曜日	8月16日 (金)	8月17日 (土)	8月18日 (日)	8月19日 (月)
朝食	サンマ煮付け じゃが芋トマト煮 もずく みそ汁	目玉焼き 千切り野菜の煮物 春菊の中華和え みそ汁	鮭寄せ 麩の卵仕立て 野菜の甘酢和え みそ汁	野菜丸天 切干大根のコンソメ風味 三色豆 みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g
	140Kcal/5.0g/4.8g/19.1g/1.8g	105Kcal/6.1g/2.4g/15.5g/1.9g	156Kcal/7.6g/6.2g/17.9g/1.6g	134Kcal/8.0g/2.6g/21.4g/1.7g
				







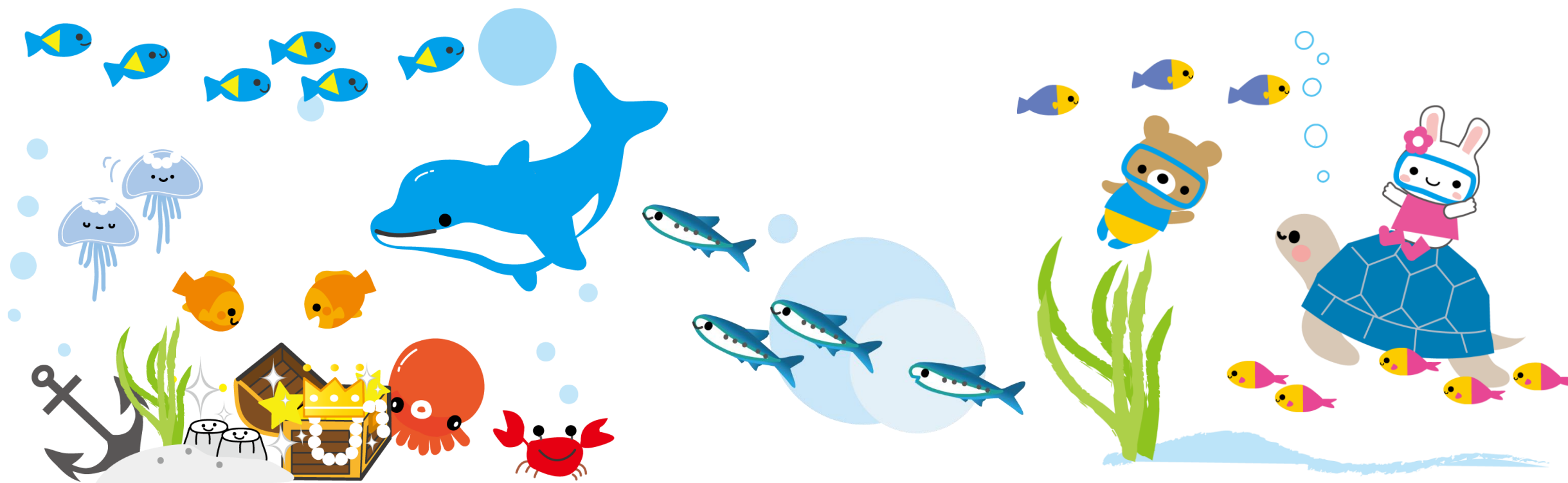
※お米の栄養価は含まれておりません



# 8/16～8/19 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16日 (金)	8月17日 (土)	8月18日 (日)	8月19日 (月)
夕食	牛肉と野菜の中華炒め 鶏レバーオイスターソース炒め 小松菜と人参の辛子和え 中華スープ	アジおろし煮 さつま芋と昆布の煮物 白和え みそ汁	夏野菜キーマカレー いんげんと木耳の炒め煮 オニオンスープ マンゴー杏仁	白身魚のフリッター～かんきつタレ～ 里芋の小エビあんかけ 大根葉油揚げ みそ汁
栄養 価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g
	192Kcal/8.2g/10.7g/14.3g/2.3g	232Kcal/14.3g/6.6g/29.3g/2.0g	257Kcal/11.2g/11.5g/27.3g/2.3g	234Kcal/11.0g/10.2g/26.4g/2.3g
				



※お米の栄養価は含まれておりません