





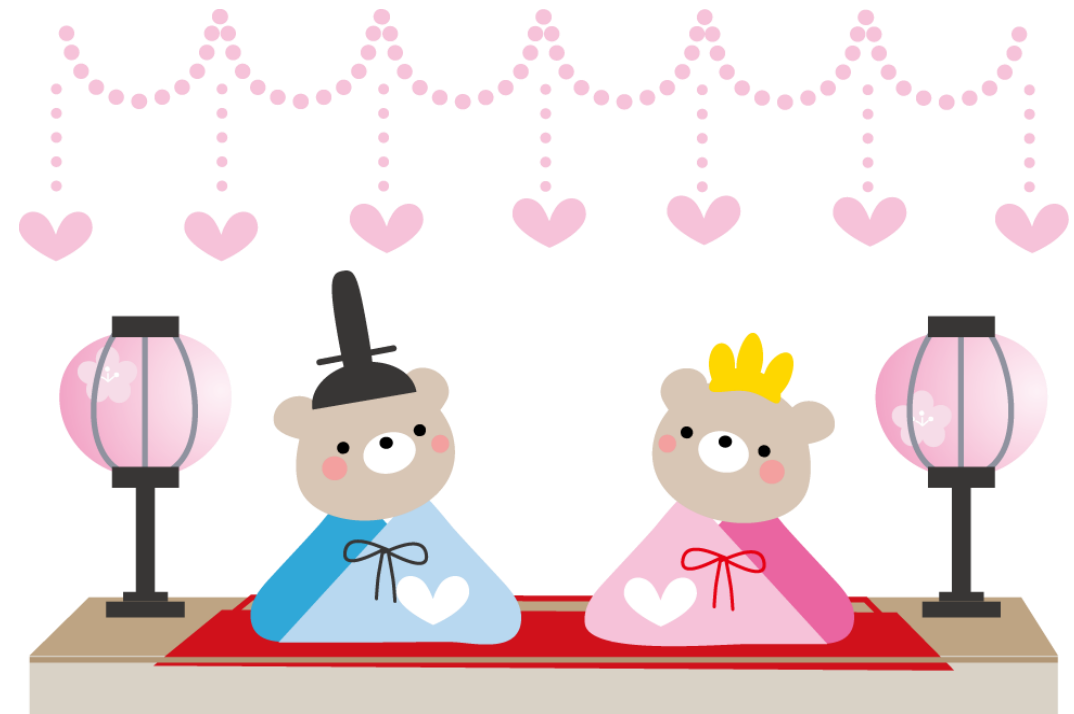


2/26～3/3 朝食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社

日付 曜日	2月26日 (水)	2月27日 (木)	2月28日 (金)	3月1日 (土)
朝食	ソーセージステーキ わかめとかにかまの柔らか煮 ほうれん草のだし和え～金山寺みそ添え～ みそ汁	親子煮風 小松菜と人参の辛子和え なます みそ汁	しそ入りしんじょ餡かけ 紅あずま甘露煮 キャベツの山椒風味 みそ汁	鮭寄せ ふきの煮物 おくらとひじきの和え物 みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 119Kcal/8.7g/5.4g/10.5g/2.9g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 122Kcal/6.1g/3.5g/16.3g/2.0g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 113Kcal/3.7g/2.6g/19.3g/1.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 128Kcal/6.2g/6.4g/12.3g/2.0g
				





日付 曜日	3月2日 (日)	3月3日 (月)
朝食	厚焼玉子 ピーフンと野菜の炒め煮風 カリフラワーおかか和え みそ汁	ポイルウインナー 筍の金平 紫花豆 みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 146Kcal/7.6g/4.5g/20.3g/1.8g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 156Kcal/7.5g/7.5g/15.6g/1.5g
		





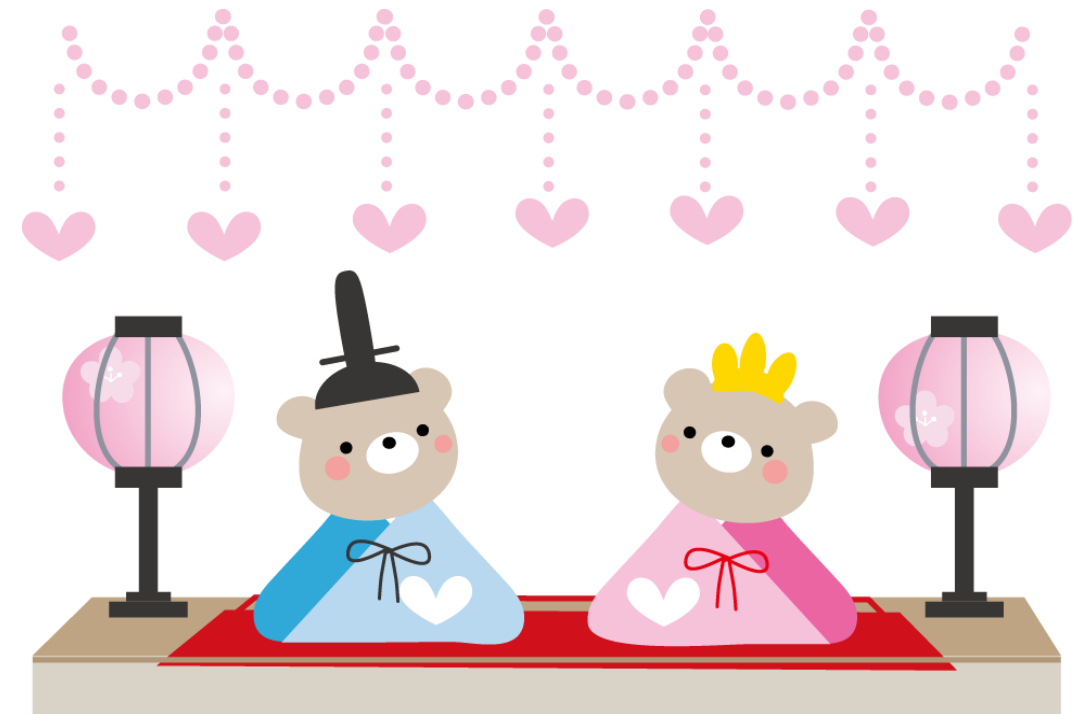
※お米の栄養価は含まれておりません

2/26～3/3 昼食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社

日付 曜日	2月26日 (水)	2月27日 (木)	2月28日 (金)	3月1日 (土)
昼食	五穀ご飯 アジおろし煮 かぶと竹輪の含め煮 ザワークラウト風 かき玉汁	ミニ五目ごはん カレーそば 春菊のだし和え いちごゼリー(あまおう)	菜の花と小海老のご飯 三角信田煮 なすの角煮添え みそ汁 フルーツ(バナナ)	ピーマンの肉詰め ほうれん草と玉子のソテー 切干大根としば漬の和え物 みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 169Kcal/11.9g/6.6g/15.8g/2.0g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 285Kcal/11.1g/3.9g/53.3g/4.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 227Kcal/12.0g/9.4g/23.5g/2.0g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 147Kcal/11.9g/5.9g/14.3g/2.3g
				





日付 曜日	3月2日 (日)	3月3日 (月)
昼食	イワシ梅醤油煮 豆乳がんも煮 菜の花のピーナッツ和え みそ汁	あさりの雛ちらし チーズコロッケ お吸い物 水ようかん
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 180Kcal/13.9g/7.2g/14.2g/2.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 349Kcal/10.2g/16.6g/40.4g/4.4g
		





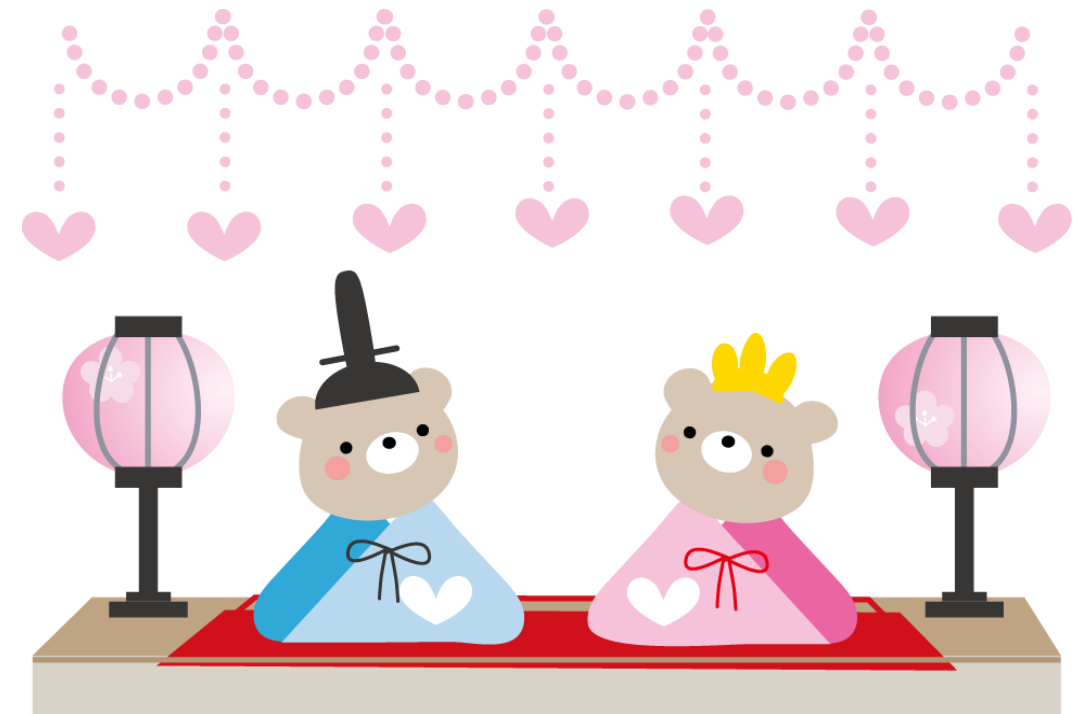
※お米の栄養価は含まれておりません

2/26～3/3 夕食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社

日付 曜日	2月26日 (水)	2月27日 (木)	2月28日 (金)	3月1日 (土)
夕食	チキンカツ南蛮 高野豆腐煮 チンゲン菜のナムル みそ汁	ニシゴま味噌煮 カリフラワーのクリーム煮 かぼちゃサラダ すまし汁	コンビオムレツ チンゲン菜とペンネのツナ和え ゴーヤ浅漬け風 みそ汁	たまねぎと豚肉の甘辛煮 千切り野菜の煮物 かんきつ香るさっぱり奴 中華スープ
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 351Kcal/14.2g/21.4g/25.6g/3.1g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 237Kcal/9.7g/11.9g/21.5g/2.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 208Kcal/10.1g/6.4g/29.8g/2.9g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 282Kcal/12.1g/16.5g/20.6g/2.5g
				

日付 曜日	3月2日 (日)	3月3日 (月)
夕食	コーンチャーハン 牛肉と野菜の中華炒め フルーツミックス みそ汁	さわら西京焼き 里芋の小エビあんかけ スパゲティサラダ みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 263Kcal/8.2g/13.5g/26.4g/1.9g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 296Kcal/18.0g/13.8g/25.5g/2.7g
		



※お米の栄養価は含まれておりません