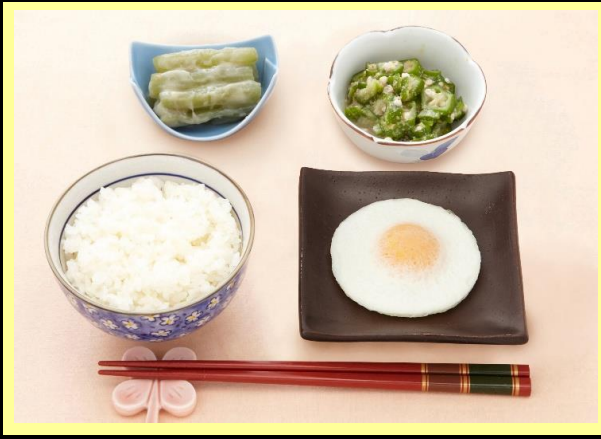


4/30～5/7 朝食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社

日付 曜日	4月30日 (水)	5月1日 (木)	5月2日 (金)	5月3日 (土)
朝食	ミニハンバーグ 野菜入り春雨煮 冷奴又は温奴 みそ汁	あじさんが焼き 切昆布大豆煮 チンゲン菜のかにかま和え みそ汁	磯風味白揚げ 野菜入り炒り豆腐 なめこおろし みそ汁	赤魚塩焼き クリーミーベーコンポテト キャベツのカレー風味和え 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
	147Kcal/10.0g/5.9g/14.7g/1.9g	155Kcal/9.5g/6.5g/15.6g/1.5g	82Kcal/4.6g/3.0g/10.5g/1.4g	111Kcal/6.2g/4.2g/12.6g/1.8g
				

日付 曜日	5月4日 (日)	5月5日 (月)	5月6日 (火)	5月7日 (水)
	カニ風味さつま揚げ 小松菜のお浸し 三色豆 みそ汁	目玉焼き オクラの胡麻和え ふきの酢みそ和え みそ汁	ポイルウインナー 春雨中華サラダ 味付ゆば みそ汁	野菜のつくね巻き 筍と椎茸の当座煮 菜の花ちらし みそ汁
栄養 価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	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
	123Kcal/7.0g/1.4g/22.1g/1.3g	115Kcal/5.8g/2.2g/19.1g/1.9g	166Kcal/8.1g/9.0g/13.0g/1.9g	117Kcal/8.6g/3.0g/16.0g/2.1g
				

※お米の栄養価は含まれておりません

4/30～5/7 昼食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社

日付 曜日	4月30日 (水)	5月1日 (木)	5月2日 (金)	5月3日 (土)
昼食	さわら味噌煮 ひじき煮 かぶの梅和え すまし汁	とんかつ かぼちゃの煮物 モロヘイヤの和え物 中華スープ	たっぷり野菜のブルコギ風 なすの青じそ風味 小松菜のしらす和え みそ汁	肉団子和風うま煮 とろろ ブロッコリーのガーリック風味 菜の花と揚げ玉の変わり汁
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
	153Kcal/11.5g/6.0g/13.3g/1.5g	281Kcal/10.9g/14.7g/27.2g/2.3g	220Kcal/10.5g/11.7g/19.4g/3.0g	228Kcal/10.6g/10.2g/24.0g/2.6g
				

日付 曜日	5月4日 (日)	5月5日 (月)	5月6日 (火)	5月7日 (水)
	ぶりみぞれ揚げ 白菜の中華風ミルク煮 ごぼうサラダ かき玉汁	チキンステーキピラフ～オニオンソース～ じゃがもろこし スープ アセロラゼリー	シルバー白醤油焼き 里芋の煮物 キャベツサラダサウザン風 みそ汁	豚しゃぶと野菜のサラダ 鶏レバーオイスターソース炒め いんげんと木耳の炒め煮 わかめスープ
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
	293Kcal/11.4g/18.7g/21.0g/2.8g	240Kcal/9.9g/10.1g/30.4g/2.9g	167Kcal/12.0g/7.2g/14.1g/1.7g	271Kcal/11.1g/19.1g/12.5g/3.5g
				

※お米の栄養価は含まれておりません

4/30～5/7 夕食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社

日付 曜日	4月30日 (水)	5月1日 (木)	5月2日 (金)	5月3日 (土)
夕食	牛肉とごぼうの柳川風井 カリフラワーフレンチサラダ みそ汁 フルーツ(パイン缶)	スケソウダラ生姜煮 絹ごし揚げ煮 マカロニサラダ みそ汁	オムレツ 里芋と鶏肉の胡麻味噌煮 きゅうりのツナマヨコーン すまし汁	白身魚と野菜の混ぜご飯 チキンナゲット チンゲン菜のピーナッツ和え コーンスープ
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
	208Kcal/6.2g/6.5g/32.1g/2.5g	297Kcal/18.2g/15.7g/21.8g/3.1g	220Kcal/13.6g/10.2g/19.9g/2.1g	208Kcal/11.9g/8.4g/20.3g/3.7g
				

日付 曜日	5月4日 (日)	5月5日 (月)	5月6日 (火)	5月7日 (水)
	豚肉の生姜風味 若竹煮 ゆずなめこ春雨 みそ汁	イワシ山椒煮 菜の花の甘辛煮 さつま芋のサラダ みそ汁	新潟風 醤油赤飯 ねぎ入り卵巻き 高野の含め煮 みそ汁 フルーツ(黄桃缶)	発芽玄米ご飯 赤魚味噌煮 麩の卵仕立て チンゲン菜の生姜風味 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	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
	359Kcal/11.6g/19.6g/25.7g/2.9g	286Kcal/15.6g/10.7g/31.7g/2.1g	244Kcal/12.5g/7.1g/33.6g/3.1g	136Kcal/12.0g/2.7g/14.5g/1.9g
				

※お米の栄養価は含まれておりません