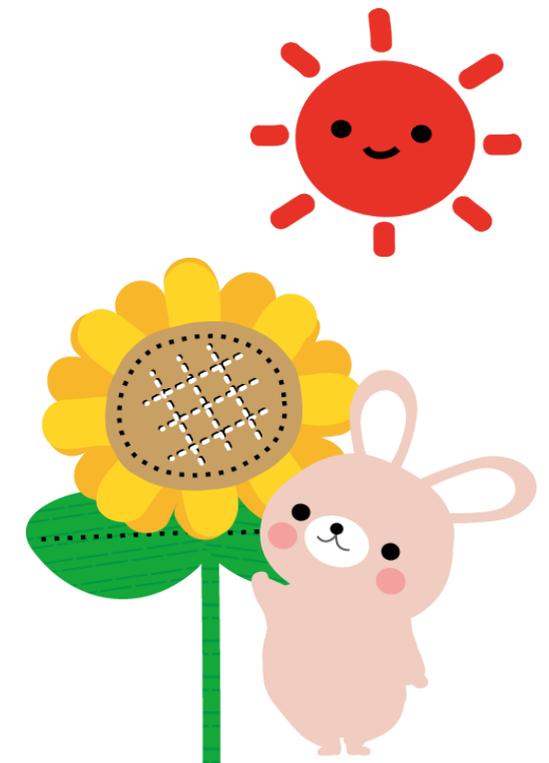


7/29～8/4 朝食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社

日付 曜日	7月29日 (火)	7月30日 (水)	7月31日 (木)	8月1日 (金)
朝食	いわし入りハンバーグ じゃが芋トマト煮 もずく みそ汁	ソーセージステーキ わかめとかにかまの柔らか煮 菜の花のピーナッツ和え 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 千切り野菜の煮物 キャベツの山椒風味 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
	130Kcal/6.0g/3.3g/19.3g/1.9g	120Kcal/9.2g/5.5g/10.0g/2.7g	123Kcal/6.2g/3.5g/16.4g/2.0g	105Kcal/5.3g/3.5g/13.7g/1.8g

日付 曜日	8月2日 (土)	8月3日 (日)	8月4日 (月)
朝食	鮭寄せ ふきの煮物 なめ茸おろし みそ汁	厚焼玉子 ビーフンと野菜の炒め煮風 白菜の浅漬け風 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	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
	142Kcal/7.1g/6.5g/16.0g/2.4g	140Kcal/6.8g/4.6g/19.0g/2.2g	156Kcal/7.5g/7.5g/15.6g/1.5g



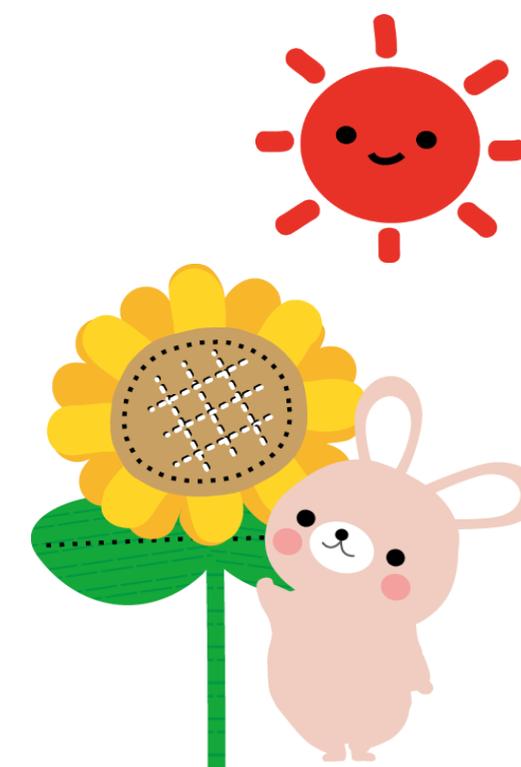
※お米の栄養価は含まれておりません

7/29～8/4 昼食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社

日付 曜日	7月29日 (火)	7月30日 (水)	7月31日 (木)	8月1日 (金)
昼食	十勝風豚皿 かき揚げ 白和え みそ汁	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 みそ汁	ミニ五目ごはん 茶そば 春菊のだし和え フルーツミックス	ピーマンの混ぜご飯 三角信田煮 なすと高菜漬け すまし汁 フルーツ(バナナ)
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 369Kcal/12.8g/24.5g/24.0g/2.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 168Kcal/12.6g/6.6g/16.0g/2.0g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 243Kcal/9.1g/3.1g/45.6g/3.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 175Kcal/9.4g/6.4g/21.7g/2.1g
				

日付 曜日	8月2日 (土)	8月3日 (日)	8月4日 (月)
昼食	チーズコロッケ ほうれん草と玉子のソテー おくらとひじきの和え物 みそ汁	イワシ梅醤油煮 豆乳がんも煮 カリフラワーおかか和え みそ汁	夏野菜ハンバーグ あさりとキャベツのだし煮 スパゲティサラダ お吸い物
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 283Kcal/9.0g/16.2g/27.5g/2.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 172Kcal/13.5g/6.8g/13.4g/2.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 240Kcal/9.8g/12.7g/23.3g/4.5g
			



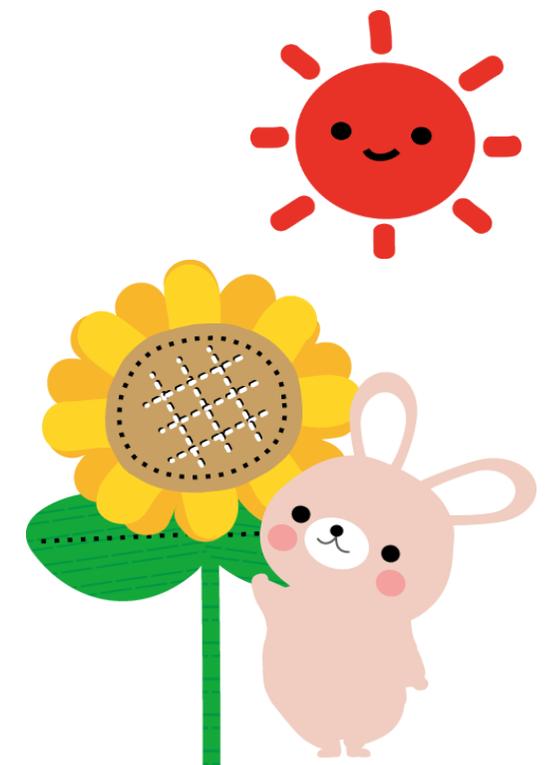
※お米の栄養価は含まれておりません

7/29～8/4 夕食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社

日付 曜日	7月29日 (火)	7月30日 (水)	7月31日 (木)	8月1日 (金)
夕食	鮭の和風チーズピラフ 蒸し鶏盛り合わせ 大根サラダ コーンスープ	鶏から南蛮 高野豆腐煮 チンゲン菜のナムル みそ汁	ニシンごま味噌煮 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
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 205Kcal/12.8g/10.1g/15.9g/3.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 263Kcal/16.1g/13.6g/19.4g/3.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 233Kcal/9.6g/11.8g/21.0g/2.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 214Kcal/11.8g/6.6g/29.0g/3.0g
				

日付 曜日	8月2日 (土)	8月3日 (日)	8月4日 (月)
夕食	豚肉と野菜のチリケチャップ炒め 紅あずま甘露煮 かんきつ香るさっぱり奴 中華スープ	焼肉チャーハン イカすり身カツ 切干大根としぼ漬の和え物 みそ汁	さわら西京焼き 里芋の小エビあんかけ やみつきほうれん草 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/13.1g/12.0g/27.6g/2.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 263Kcal/10.2g/14.7g/21.2g/2.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 219Kcal/18.1g/8.6g/17.3g/2.6g
			



※お米の栄養価は含まれておりません