

8/15～8/18 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15日 (金)	8月16日 (土)	8月17日 (日)	8月18日 (月)
朝食	チキンピカタ 切干大根煮 白福豆 みそ汁	枝豆のふわふわ豆腐 牛肉入りれんこん イタリアンサラダ みそ汁	千草玉子焼き キャベツと油揚げの煮物 もずく みそ汁	彩り野菜白揚げ ごぼうと人参のひき肉炒め なめこおろし みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 169Kcal/7.5g/5.7g/23.2g/1.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 117Kcal/4.4g/5.8g/12.5g/1.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 119Kcal/5.9g/3.2g/17.3g/2.1g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 126Kcal/6.5g/5.9g/12.6g/1.8g
				



※お米の栄養価は含まれておりません

8/15～8/18 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15日 (金)	8月16日 (土)	8月17日 (日)	8月18日 (月)
昼食	ミニ菜めし きつねそば キャベツとベーコンのソテー シャインマスカットゼリー	鶏肉と大根のサムゲタン風 えび入りビーフン モロヘイヤの和え物 かき玉汁	サバ照焼き 赤棒のおでん風 かぼちゃサラダ みそ汁	中華うま煮 ふんわり野菜豆腐寄せ ピーマンナムル 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
	288Kcal/10.2g/4.4g/52.8g/3.3g	206Kcal/11.3g/10.1g/17.3g/2.3g	311Kcal/16.2g/18.8g/20.0g/2.3g	236Kcal/8.2g/15.2g/16.7g/2.3g
				



※お米の栄養価は含まれておりません

8/15～8/18 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15日 (金)	8月16日 (土)	8月17日 (日)	8月18日 (月)
夕食	たまねぎと豚肉の甘辛炒め ほうれん草ツナ煮 ブロッコリーのガーリック風味 みそ汁	アジバター正油焼き マーボナス ワカメとオクラの酢の物 みそ汁	チーズハヤシライス風 あらびきチキンスティック いんげんの胡麻よごし オニオンスープ	さわらハーフ衣焼き 鶏肉と若布の煮浸し チンゲン菜のカニカマ和え みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 211Kcal/9.3g/12.5g/15.2g/2.1g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 187Kcal/14.1g/9.6g/12.9g/2.1g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 261Kcal/11.4g/14.7g/21.0g/2.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 270Kcal/15.2g/15.2g/17.8g/2.0g
				



※お米の栄養価は含まれておりません