






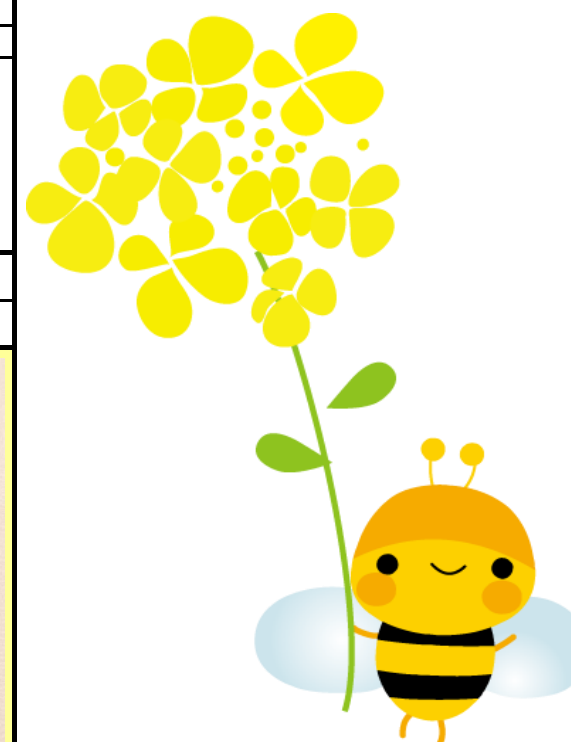


4/14～4/20 朝食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社

日付 曜日	4月14日 (火)	4月15日 (水)	4月16日 (木)	4月17日 (金)
朝食	ポイルウインナー クリーミーベーコンポテト 人参の甘酢和え みそ汁	エビ団子の煮物 ふきの煮物 青菜と昆布の煮浸し みそ汁	白菜とツナの丼ぶり 筍の金平 うぐいす豆 みそ汁	ミニバーグ 野菜入り炒り豆腐 山菜のさっぱり和え みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 174Kcal/6.6g/9.0g/16.1g/1.7g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 83Kcal/4.5g/1.5g/13.8g/2.0g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 127Kcal/5.2g/2.5g/21.7g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 114Kcal/6.5g/4.3g/12.9g/1.7g
				





日付 曜日	4月18日 (土)	4月19日 (日)	4月20日 (月)
朝食	サンマ煮付け 青菜と竹輪の煮浸し キャベツのごま和え みそ汁	豆乳がんも煮 ブロッコリーのシーザーサラダ 紫花豆 みそ汁	磯風味白揚げ 野菜の卵和え 白菜の浅漬け風 みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 127Kcal/7.1g/5.7g/12.1g/2.0g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 144Kcal/7.0g/6.1g/17.0g/1.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 91Kcal/4.7g/2.6g/12.6g/2.1g
			





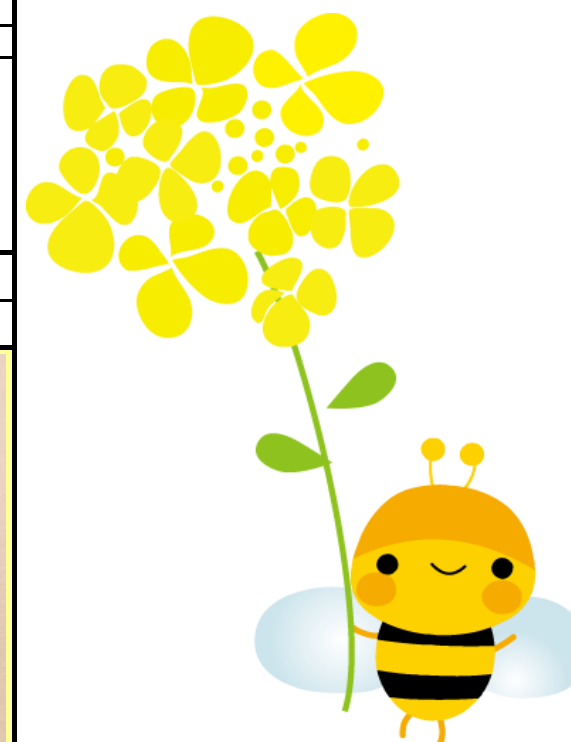
※お米の栄養価は含まれておりません

4/14～4/20 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14日 (火)	4月15日 (水)	4月16日 (木)	4月17日 (金)
昼食	中華あんかけご飯 大豆とえんどう豆のサラダ コーンスープ～中華仕立て フルーツ(オレンジ)	ミニ山菜五目ご飯 ぶっかけしめん ささみフライ フルーツ(バナナ)	五穀ご飯 鶏肉の味噌だれ 春雨の高菜炒め カリフラワーのコンビーフ風味 かき玉汁	ホッケ煮付け じゃが芋と鶏肉の照り煮 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 330Kcal/11.2g/17.0g/32.6g/3.8g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 304Kcal/8.9g/7.2g/51.5g/3.8g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 275Kcal/17.8g/13.5g/20.7g/3.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 192Kcal/16.0g/6.7g/15.9g/2.4g
				





日付 曜日	4月18日 (土)	4月19日 (日)	4月20日 (月)
昼食	オムレツ～カルボナーラソース～ インゲンと豚肉の炒め風 うの花サラダ みそ汁	鮭と彩り野菜のバター正油ご飯 牛肉とごぼうのしぐれ煮 みそ汁 フルーツ(白桃缶)	豆腐と豚肉のくずし煮 さつまいもいとこ煮 スパゲティサラダ 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 235Kcal/9.9g/13.9g/18.7g/2.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 263Kcal/11.5g/13.8g/23.2g/2.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 256Kcal/8.3g/11.6g/30.3g/3.7g
			






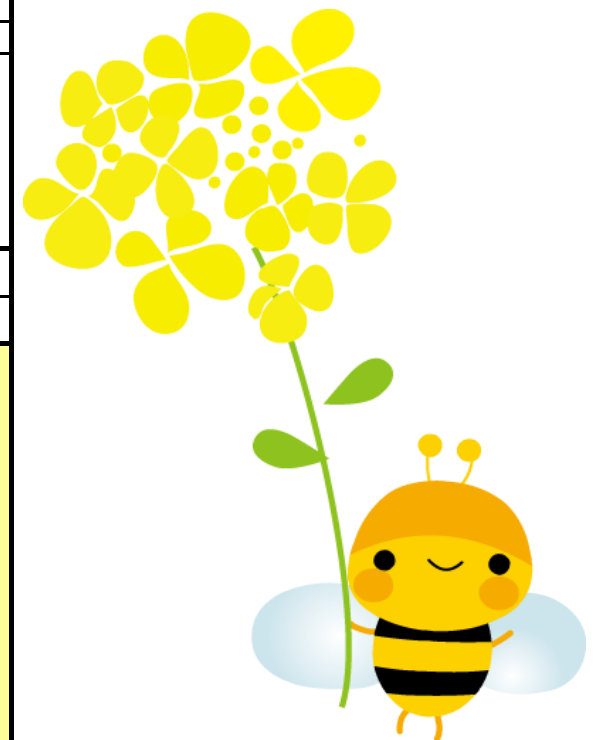
※お米の栄養価は含まれておりません

4/14～4/20 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14日 (火)	4月15日 (水)	4月16日 (木)	4月17日 (金)
夕食	メバル西京焼き 三角信田煮 キャベツのカレー風味和え みそ汁	鶏肉と茄子の黒酢餡 紅あずま甘露煮 根菜和風サラダ みそ汁	ポークソテー甘辛ソース キャベツのコンソメ煮 菜の花の胡麻よごし みそ汁	和風牛丼 ごぼうサラダ みそ汁 りんごジャムヨーグルト
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 211Kcal/20.3g/8.5g/13.4g/2.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 289Kcal/16.9g/10.3g/31.4g/1.8g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 218Kcal/10.9g/10.8g/18.9g/3.0g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 279Kcal/7.5g/13.8g/31.4g/2.9g
				

日付 曜日	4月18日 (土)	4月19日 (日)	4月20日 (月)
夕食	ぶりみぞれ揚げ ひじき蓮根 なすのわさび醤油 みそ汁	キャベツのシュークルート エビフライ チンゲン菜のナムル みそ汁	さわら味噌煮 人参とかぶのスープ煮 春菊の中華和え 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 254Kcal/12.5g/13.9g/20.5g/2.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 215Kcal/13.5g/11.4g/16.5g/2.7g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 177Kcal/14.0g/7.6g/14.4g/2.2g
			



※お米の栄養価は含まれておりません