





5/8～5/11 朝食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社

日付 曜日	5月8日 (金)	5月9日 (土)	5月10日 (日)	5月11日 (月)
朝食	アジ西京焼き 田舎煮 切干大根しば漬和え みそ汁	ソーセージステーキ もやしの和え物 味付湯葉 みそ汁	厚焼玉子 キャベツと油揚げの煮物 うぐいす豆 みそ汁	肉団子のチーズカレー煮 ほうれん草ツナ煮 なすの花けずり添え みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 93Kcal/5.6g/1.5g/14.7g/2.8g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 118Kcal/8.2g/6.0g/8.0g/1.9g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 163Kcal/7.3g/4.6g/24.0g/1.8g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 143Kcal/8.8g/5.1g/16.6g/2.3g
				



※お米の栄養価は含まれておりません

5/8～5/11 昼食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社





日付 曜日	5月8日 (金)	5月9日 (土)	5月10日 (日)	5月11日 (月)
昼食	ミニ発芽玄米ご飯 そばろうどん ブロッコリーのくたくた風 フルーツ(洋なし缶)	メンチカツ きんぴらごぼう きゅうりの青じそ風味 みそ汁	ブロッコリーの洋風ライス パサ塩レモンソテー マカロニサラダ オニオンスープ いちごジャムヨーグルト	たまねぎと豚肉の甘辛煮 かぶのクリーム煮 春菊のだし和え(のり佃) みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 219Kcal/6.7g/2.2g/41.7g/2.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 324Kcal/10.2g/20.3g/26.1g/2.7g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 322Kcal/16.2g/15.7g/27.9g/2.9g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 197Kcal/11.8g/9.6g/16.3g/2.4g



※お米の栄養価は含まれておりません

5/8～5/11 夕食週間献立カレンダー

タイヘイ株式会社

日付 曜日	5月8日 (金)	5月9日 (土)	5月10日 (日)	5月11日 (月)
夕食	豚肉ときくらげの玉子炒め チヂミ れんこんマリネ みそ汁	さば味噌煮 紅あずま甘露煮 おくらひじき 椀子ソーメン	ピーマンの肉詰め 豆腐の銀あんかけ ふき土佐煮 みそ汁	肉じゃが(牛肉) 焼き餃子 なます かき玉汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 246Kcal/9.2g/12.8g/25.8g/2.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 209Kcal/10.7g/6.8g/28.6g/1.7g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 169Kcal/12.5g/6.6g/16.6g/2.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 233Kcal/7.5g/8.4g/30.5g/2.6g
				



※お米の栄養価は含まれておりません