































2月



献立カレンダー後半



タイハイ株式会社

月	火	水	木	金	土	日
おひるごはん	 豚肉の生姜焼き 野菜春雨サラダ みそ汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 314/11.7/10.7/40.6/0.7	 豚肉の甘辛だれ もやしと鶏ささみの和えもの みそ汁 フィルーツ(おかん) Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 283/16.0/5.3/40.8/0.8	 スパゲティミートソース かぼちゃの短パター煮 スープ Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 263/9.1/6.6/40.0/0.8	 肉みそ丼 フロccoliーとトマトのツナサラダ 具だくさん汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 255/8.6/7.1/37.7/0.9	 ご飯 鶏の照り焼き 豆類と野菜のやわらか煮 みそ汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 275/11.4/7.7/38.4/0.9	 ご飯 助宗タラのこま煮 鶏しハーの甘辛炒め みそ汁 ヨーグルト Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 309/15.2/7.7/42.9/0.9
おひるごはん	 豚肉の生巻焼き 野菜春雨サラダ みそ汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 314/11.7/10.7/40.6/0.7	 豚肉の甘辛だれ もやしと鶏ささみの和えもの みそ汁 フィルーツ(おかん) Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 283/16.0/5.3/40.8/0.8	 スパゲティミートソース かぼちゃの短パター煮 スープ Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 263/9.1/6.6/40.0/0.8	 肉みそ丼 フロccoliーとトマトのツナサラダ 具だくさん汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 255/8.6/7.1/37.7/0.9	 ご飯 鶏の照り焼き 豆類と野菜のやわらか煮 みそ汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 275/11.4/7.7/38.4/0.9	 ご飯 助宗タラのこま煮 鶏しハーの甘辛炒め みそ汁 ヨーグルト Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 309/15.2/7.7/42.9/0.9
おひるごはん	 豚肉の生巻焼き 野菜春雨サラダ みそ汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 314/11.7/10.7/40.6/0.7	 豚肉の甘辛だれ もやしと鶏ささみの和えもの みそ汁 フィルーツ(おかん) Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 283/16.0/5.3/40.8/0.8	 スパゲティミートソース かぼちゃの短パター煮 スープ Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 263/9.1/6.6/40.0/0.8	 肉みそ丼 フロccoliーとトマトのツナサラダ 具だくさん汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 255/8.6/7.1/37.7/0.9	 ご飯 鶏の照り焼き 豆類と野菜のやわらか煮 みそ汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 275/11.4/7.7/38.4/0.9	 ご飯 助宗タラのこま煮 鶏しハーの甘辛炒め みそ汁 ヨーグルト Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 309/15.2/7.7/42.9/0.9
おひるごはん	 豚肉の生巻焼き 野菜春雨サラダ みそ汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 289/12.3/7.9/40.4/0.9	 豚肉の甘辛だれ もやしと鶏ささみの和えもの みそ汁 フィルーツ(おかん) Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 283/16.0/5.3/40.8/0.8	 スパゲティミートソース かぼちゃの短パター煮 スープ Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 263/9.1/6.6/40.0/0.8	 肉みそ丼 フロccoliーとトマトのツナサラダ 具だくさん汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 255/8.6/7.1/37.7/0.9	 ご飯 鶏の照り焼き 豆類と野菜のやわらか煮 みそ汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 275/11.4/7.7/38.4/0.9	 ご飯 助宗タラのこま煮 鶏しハーの甘辛炒め みそ汁 ヨーグルト Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 309/15.2/7.7/42.9/0.9
おひるごはん	 豚肉の生巻焼き 野菜春雨サラダ みそ汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 289/12.3/7.9/40.4/0.9	 豚肉の甘辛だれ もやしと鶏ささみの和えもの みそ汁 フィルーツ(おかん) Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 283/16.0/5.3/40.8/0.8	 スパゲティミートソース かぼちゃの短パター煮 スープ Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 263/9.1/6.6/40.0/0.8	 肉みそ丼 フロccoliーとトマトのツナサラダ 具だくさん汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 255/8.6/7.1/37.7/0.9	 ご飯 鶏の照り焼き 豆類と野菜のやわらか煮 みそ汁 Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 275/11.4/7.7/38.4/0.9	 ご飯 助宗タラのこま煮 鶏しハーの甘辛炒め みそ汁 ヨーグルト Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 309/15.2/7.7/42.9/0.9

※都合により、献立を変更する場合がございます。