



献立カレンダー前半



タイハイ株式会社

月	火	水	木	金	土	日	
おひるごはん	<p>あけましておめでとございます 本年もよろしくお願ひします!</p> <p>タイハイ(株) 松尾サポーター 林 孝 たい 平 師 匠</p>		<p>千金カレーライス かいらわーとアスパラのごまサラダ フルーツ(パイン缶)</p> <p>Kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g 296/80.7/3.48/7.07</p>	<p>豚肉のケチャップパスタ 白菜のワカメサラダ スープ</p> <p>Kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g 247/12.1/7.2/32.0/0.8</p>	<p>ご飯 カラスカレいの洋風照り焼き 大根と豚肉の煮物 みそ汁 フルーツ(白桃缶)</p> <p>Kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g 296/105.8/7.42/4.08</p>	<p>ご飯 エビと大豆のトマト煮込み 鶏しバーの甘辛炒め みそ汁</p> <p>Kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g 282/14.1/5.8/41.9/1.1</p>	
夜 餐 席							
おひるごはん	<p>1月6日</p> <p>紫分強化!ふいかけご飯 かぼちゃのツナコロケ 小松菜と鶏ささみのサラダ スープ</p> <p>Kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g 335/11.6/8.7/51.3/0.5</p>	<p>1月8日</p> <p>●ツナとれんこんのおにぎり ●豚肉と冬野菜のみそ炒め 春雨サラダ フルーツ(りんご)</p> <p>Kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g 322/10.6/8.2/49.5/0.8</p>	<p>1月9日</p> <p>紫分強化!ふいかけご飯 白糸タラののおろし煮 さつまいの洋風塩金平 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p> <p>Kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g 282/10.5/3.9/50.4/1.0</p>	<p>1月10日</p> <p>ご飯 ハンバーグ マカロニサラダ スープ</p> <p>Kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g 335/12.5/11.0/44.0/0.6</p>	<p>1月11日</p> <p>ご飯 即宗タラのごま煮 小松菜と鶏肉のバターソテー みそ汁 フルーツ(洋なし缶)</p> <p>Kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g 246/11.1/3.7/40.1/0.7</p>	<p>1月12日</p> <p>ご飯 焼き鳥風 かぶと大豆の煮物 みそ汁</p> <p>Kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g 268/9.9/8.1/36.7/0.6</p>	
おひるごはん	<p>1月13日</p> <p>ご飯 鶏肉と大根の炒め煮 白糸タラのココロ甘辛揚げ みそ汁 フルーツ(りんご)</p> <p>Kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g 296/10.6/8.0/44.5/0.8</p>	<p>1月14日</p> <p>ソース焼きうどん 切干大根のえび風味 みそ汁 フルーツ(黄桃缶)</p> <p>Kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g 252/12.3/6.2/36.8/2.4</p>	<p>1月15日</p> <p>ご飯 鮭のごまみそ焼き 豚肉とごぼうのあまから煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ)</p> <p>Kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g 300/15.4/7.1/42.1/1.0</p>				
夜 餐 席							

※都合により、献立を変更する場合がございます。