

1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	<p>あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願ひします!</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>		<p>チキンカレーライス キャベツときゅうりのごまサラダ ヨーグルト</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>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(オレンジ)</p>	<p>ご飯 エビと大豆のトマト煮込み 鶏レバーの甘辛炒め みそ汁</p>	<p>おひるごはん</p>
夜 養 価			Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 301/84.8/34.7/2.0/7	Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 246/117.7/2.3/20.0/8	Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 291/106.8/7.4/13.0/8	Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 298/152.6/7.4/23.1/11	
おひるごはん	<p>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>●ドライフルーツ</p>	<p>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>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>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>ご飯 助宗タラのこま煮 小松菜と鶏肉のバターソテー みそ汁 ヨーグルト</p>	<p>ご飯 焼き鳥風 かぶと大豆の煮物 みそ汁</p>	<p>おひるごはん</p>
夜 養 価			Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 282/104.3/9.5/0.4/1.0	Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 328/124.1/10.4/26.0/6	Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 249/121.4/7.3/78.0/7	Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 267/98.8/1.3/65.0/6	
おひるごはん	<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(りんご)</p>	<p>ご飯 鮭のごまみそ焼 豚肉とごぼうのあまから煮 すまし汁 フルーツ(バナナ)</p>	<p>チキンカレーライス キャベツときゅうりのごまサラダ ヨーグルト</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>おひるごはん</p>
夜 養 価			Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 249/108.7/9.4/39.0/8	Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 246/117.7/7.2/32.0/8	Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 301/84.8/34.7/2.0/7	Kcal/タンパク質/脂質/炭水化物/塩分 301/84.8/34.7/2.0/7	

※都合により、献立を変更する場合がございます。