



1トルキッス献立カレンダー 後半

タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金 8月15日	土 8月16日	日 8月17日
おひるごはん							
					ご飯 白糸タラのから揚げ 豚肉とほうれん草の煮物 みそ汁 アツルゼリー	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏ささみのケチャップ炒め ツナ炒り粉豆腐 みそ汁	ご飯 豆腐と白菜のとろとろ煮 鶏レバーの甘辛揚げ みそ汁
					Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 295/12.7/8.8/43.1/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 285/15.1/7.8/40.1/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 289/13.2/7.9/44.3/0.8
	8月18日	8月19日	8月20日	8月21日	8月22日	8月23日	8月24日
おひるごはん							
	豚キャベツ丼 大根と人参のサラダ みそ汁	ご飯 カラスカレイのコロコロ焼き 鶏肉と野菜の炒り煮 スープ フルーツ(パイン缶)	ご飯 豚肉ともやしのトマト炒め キャベツとオクラのごま和え みそ汁	ご飯 夏野菜麻婆豆腐 白菜と人参のサラダ すまし汁	ポークカレーライス きゅうりとひじきのツナサラダ スープ フルーツ(オレンジ)	鉄分強化！ふりかけご飯 白糸タラのムニエル さつま芋とささみのおかか和え みそ汁 ヨーグルト	ご飯 豚肉と野菜のうま煮 夏野菜の春雨ソテー みそ汁
	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 251/9.6/7.4/38.6/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 299/10.6/9.1/46.7/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 262/10.7/7.7/40.5/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 273/10.9/8.9/39.3/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 312/11.6/9.7/47.7/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 268/12.6/4.2/47.3/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 265/9.7/6.0/44.1/0.7
	8月25日	8月26日	8月27日	8月28日	8月29日	8月30日	8月31日
おひるごはん							
	ご飯 鮭の甘辛だれ 豚肉と野菜のくたくた煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	冷やし鶏ソーマン じゃが芋のごまからめ フルーツ(梨)	ご飯 助宗タラの彩り甘酢あんかけ 切干大根煮 具だくさん汁 フルーツ(バナナ)	●金魚飯(岐阜県) ●鶏ちゃん焼き(岐阜県) 夏野菜の和風和え すまし汁 ヨーグルト	ご飯 白糸タラのから揚げ 豚肉とほうれん草の煮物 みそ汁 フルーツ(バナナ)	鉄分強化！ふりかけご飯 鶏ささみのケチャップ炒め ツナ炒り粉豆腐 みそ汁	ご飯 豆腐と白菜のとろとろ煮 鶏レバーの甘辛揚げ みそ汁
	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 302/16.2/7.9/42.4/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 248/12.3/5.2/39.7/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 291/13.5/7.0/46.4/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 334/13.8/10.3/50.6/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 287/13.0/8.7/40.8/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 288/15.2/7.9/40.8/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 287/12.9/7.9/44.3/0.8

※都合により、献立を変更する場合がございます。