



献立カレンダー 後半



タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金 6月15日	土 6月16日	日 6月17日
おひるごはん							
					ポークカレーライス トマトとお豆のサラダ フルーツ(バナナ)	ご飯 カラスカレイのごま煮 鶏肉とアスパラの炒めもの 具だくさん汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 豆腐の和風野菜あん 鶏レバーのあまから炒め みそ汁 ヨーグルト
栄養価					Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 295/8.4/7.8/46.5/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 269/11.9/6.2/40.2/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 317/13.5/8.3/45.4/0.8
	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日	6月22日	6月23日	6月24日
おひるごはん							
	中華風冷やしソーメン さっぱりさつま芋と大豆のサラダ フルーツ(洋梨缶)	納豆ごはん 茹で豚のカラフルソースかけ 春雨と野菜のソテー みそ汁	ご飯 白系タラのパン粉焼き ひじきの炒り煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	鉄分強化！ふいかけご飯 鶏肉のから揚げ 豆腐としらすのサラダ みそ汁	チキンライス じゃが芋とアスパラの豆乳グラタン風 スープ フルーツ(バナナ)	ご飯 助宗タラの甘酢漬け 豚肉と白菜の煮物 すまし汁 フルーツ(みかん缶)	鉄分強化！ふいかけご飯 チンゲン菜と豚肉のみそ炒め アスパラと人参のツナサラダ すまし汁
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 284/11.3/4.8/47.9/1.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 317/14.3/8.9/43.3/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 261/11.1/5.2/41.4/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 330/13.4/13.0/37.1/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/8.6/6.5/45.3/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 304/13.9/8.2/42.0/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 274/11.4/7.8/38.2/0.8
	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日	6月29日	6月30日	
おひるごはん							
	豚肉のケチャップパスタ かぼちゃのサクサクパン粉焼き スープ	とん照り丼 大根の含め煮 みそ汁	ご飯 麻婆豆腐風 ほうれん草ともやしのサラダ すまし汁 フルーツ(白桃缶)	●鮭とコーンのコロコロおにぎり 鶏肉と白菜の炒めもの かぼちゃの甘辛煮 フルーツ(オレンジ)	ポークカレーライス トマトとお豆のサラダ フルーツ(バナナ)	ご飯 カラスカレイのごま煮 鶏肉とアスパラの炒めもの 具だくさん汁 フルーツ(オレンジ)	
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 268/11.2/5.9/42.5/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 282/11.4/8.6/37.2/1.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 292/11.2/7.8/43.4/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 318/14.8/7.4/46.0/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 295/8.4/7.8/46.5/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 269/11.9/6.2/40.2/0.7	

※都合により、献立を変更する場合がございます。



献立カレンダー 後半



タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金 6月15日	土 6月16日	日 6月17日
ちるいはん							
					ご飯 白糸タラのねぎ風味焼き 鶏肉とキャベツの炒め煮 みそ汁 フルーツ(黄桃缶)	ひじきご飯 豚肉と野菜の中華炒め 小松菜のしらす煮 みそ汁	ご飯 助宗タラと野菜の米粉天ぷら 豚肉と白菜のおかか和え みそ汁 フルーツ(パイン缶)
栄養価					Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 304/14.2/8.2/41.2/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 295/14.2/8.1/40.8/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 319/11.9/7.6/49.2/0.6
	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日	6月22日	6月23日	6月24日
ちるいはん							
	ハヤシライス 和風コールスローサラダ フルーツ(オレンジ)	ご飯 秋鮭のあまから煮 鶏と白菜の中華和え みそ汁 フルーツ(白桃缶)	人参ピラフ ポークビーンズ マカロニサラダ スープ	ご飯 助宗タラのムニエル さつま芋の洋風塩金平 スープ フルーツ(黄桃缶)	ご飯 カラスカレイのごまみそ焼き 豚肉と大根の煮物 すまし汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 鶏肉の甘辛炒め 炒りおから みそ汁	ご飯 白糸タラの磯風味焼き 鶏レバーのケチャップ炒め みそ汁 ヨーグルト
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 281/8.2/6.2/47.5/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 270/14.6/4.6/41.1/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 301/11.5/7.7/45.6/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 271/8.9/4.5/47.9/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/13.4/7.2/38.3/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 320/11.6/10.6/42.3/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 322/14.1/9.2/43.1/0.9
	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日	6月29日	6月30日	
ちるいはん							
	ご飯 豆腐と鶏肉のうま煮 キャベツのツナ炒め みそ汁	ご飯 助宗タラの竜田揚げ 豚しゃぶサラダ みそ汁 フルーツ(オレンジ)	鉄分強化! ふりかけご飯 チキンソテー BBQソース 白菜と大豆のごま和え みそ汁	ご飯 豚肉の生姜焼き 切干大根の煮物 みそ汁	ご飯 白糸タラのねぎ風味焼き 鶏肉とキャベツの炒め煮 みそ汁 フルーツ(黄桃缶)	ひじきご飯 豚肉と野菜の中華炒め 小松菜のしらす煮 みそ汁	
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 296/12.3/9.3/39.8/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 269/10.7/7.2/39.4/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 291/10.4/9.7/38.4/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 306/10.7/10.3/40.8/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 304/14.2/8.2/41.2/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 295/14.2/8.1/40.8/1.0	

※都合により、献立を変更する場合がございます。



献立カレンダー 後半



タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金 6月15日	土 6月16日	日 6月17日
おやつ							
栄養価					Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 154/6.3/4.6/21.8/1.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 191/7.1/7.7/23.6/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 168/6.0/4.5/25.2/0.4
	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日	6月22日	6月23日	6月24日
おやつ							
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 166/6.7/5.3/22.6/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 154/6.1/6.9/17.0/0.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 177/5.0/6.2/24.5/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 128/6.1/6.1/12.5/0.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 171/6.5/5.6/22.5/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 165/4.1/3.6/29.5/0.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 181/9.1/8.3/16.7/0.2
	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日	6月29日	6月30日	
おやつ							
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 181/8.3/5.1/25.6/0.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 177/5.2/6.5/24.8/0.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 198/5.2/7.3/27.5/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 166/4.2/5.2/25.9/0.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 154/6.3/4.6/21.8/1.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 191/7.1/7.7/23.6/0.7	

※都合により、献立を変更する場合がございます。