



2月

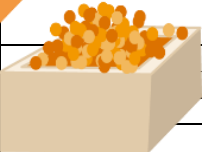
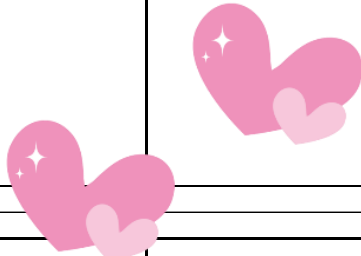
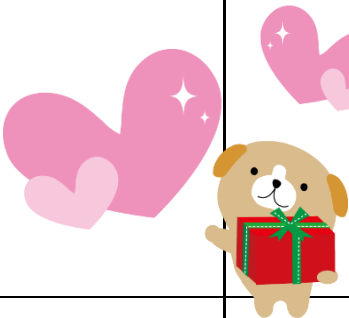


献立カレンダー 前半





タイハイ株式会社

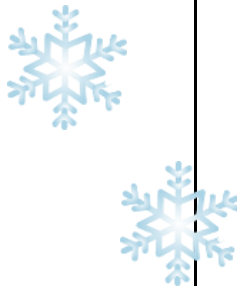
	月	火	水	木	金	
おひるごはん						
栄養価						
	2月3日	2月4日	2月5日	2月6日	2月7日	
おひるごはん	 ● 竜っこ肉みそライス フロッキーとトマトのサラダ すまし汁 フルーツ(りんご)	 ご飯 ホワイトシチュー 大根サラダ フルーツ(オレンジ)	 鉄分強化！ふりかけご飯 鮭の甘辛だれ もやしと鶏ささみの和えもの みそ汁 フルーツ(いよかん)	 ご飯 豚肉のケチャップ炒め かぶと水菜のサラダ 豆乳スープ	 けんちゃんうどん フロッキーとツナのバター炒め ヨーグルト	
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 291/9.3/7.0/47.5/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 278/6.6/7.0/45.8/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 274/15.4/4.4/41.3/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/10.8/7.5/39.7/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 266/13.1/10.0/30.7/1.9	
	2月10日		2月12日	2月13日	2月14日	
おひるごはん	 スパゲッティミートソース かぼちゃの塩バター煮 スープ		 しらすご飯 鶏肉のから揚げ 豆腐と野菜のやわらか煮 みそ汁	 納豆ごはん 豚肉の玉ねぎソース 野菜春雨サラダ みそ汁	 ● バレンタイン☆ハヤシライス さっぱりかぼちゃサラダ フルーツ(バナナ)	
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 259/9.2/6.7/40.2/0.8		Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 311/13.7/10.0/40.1/0.9	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 312/14.4/9.3/40.9/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 295/8.8/4.6/52.8/0.9	

※都合により、献立を変更する場合がございます。

2月

献立カレンダー 後半

タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金		
おひるごはん							
栄養価							
	2月17日	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日		
おひるごはん	 肉みそ丼 フロッコリーとトマトの大豆サラダ 具だくさん汁	 ご飯 ホワイトシチュー 大根サラダ フルーツ(オレンジ)	 鉄分強化！ふりかけご飯 鮭の甘辛だれ もやしと鶏ささみの和えもの みそ汁 フルーツ(いよかん)	 ご飯 豚肉のケチャップ炒め かぶと水菜のサラダ 豆乳スープ	 けんちんうどん フロッコリーとツナのバター炒め 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 262/9.3/6.9/39.7/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 278/6.6/7.0/45.8/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 274/15.4/4.4/41.3/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 277/10.8/7.5/39.7/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 260/12.3/9.5/31.2/1.8		
		2月25日	2月26日	2月27日	2月28日		
おひるごはん		 ご飯 カラスカレイの漬け焼き 炒りおから みそ汁 フルーツ(白桃缶)	 しらすご飯 鶏肉のから揚げ 豆腐と野菜のやわらか煮 みそ汁	 納豆ごはん 豚肉の玉ねぎソース 野菜春雨サラダ みそ汁	 ハヤシライス さっぱりかぼちゃサラダ フルーツ(バナナ)		
栄養価		Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 298/10.0/14.1/44.1/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 311/13.7/10.0/40.1/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 312/14.4/9.3/40.9/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 295/8.8/4.6/52.8/0.9		

※都合により、献立を変更する場合がございます。