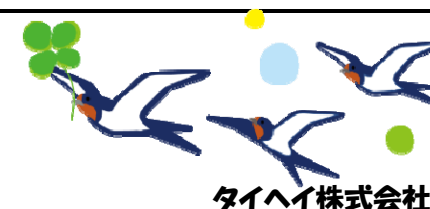




献立カレンダー 後半



	月	火	水	木	金	土	日
	5月14日	5月15日	5月16日	5月17日	5月18日	5月19日	5月20日
おひるごはん							
	クローバーがたくさんは生えていますね～。四つ葉はどこかな？	ご飯 白系タラの和風焼き じゃが芋のごま煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	鶏肉の和風スパゲッティ 南瓜のサクサクパン粉焼き スープ	鉄分強化！ふりかけご飯 秋鮭と春野菜のクリーム煮 鶏ささみとフロッキーのサラダ フルーツ(バナナ)	ご飯 千キンソテー ほうれん草のツナ煮 みそ汁	ご飯 カラスカレイのごま煮 さっぱりポテトサラダ すまし汁 フルーツ(みかん缶)	
	栄養価	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 253/9.8/3.0/45.6/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 269/12.3/8.5/34.8/0.7	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 324/16.1/7.0/47.6/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 270/10.3/7.5/38.3/1.0	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 264/10.3/4.0/45.4/0.6	
	5月21日	5月22日	5月23日	5月24日	5月25日	5月26日	5月27日
おひるごはん							
	豚しゃぶ冷やしうどん フロッキーのエビ風味炒め フルーツ(オレンジ)	クマさんライス 助宗タラのサクサクフライ チンゲン菜のサラダ スープ	ドライカレー 大根サラダ フルーツ(バナナ)	ご飯 豆腐ハンバーグ かぼちゃの煮物 すまし汁	ご飯 白系タラのごまみそ焼き マカロニサラダ すまし汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 ポークビーンズ 春雨サラダ みそ汁	ご飯 秋鮭の煮付け 鶏レバーのあまから炒め みそ汁 ヨーグルト
	栄養価	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 243/11.8/7.4/31.5/1.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 285/8.7/7.8/43.6/0.7	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 302/10.0/6.6/48.6/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 254/10.2/5.1/40.7/0.6	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 308/12.0/8.0/45.4/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 290/16.0/5.2/42.2/0.9
	5月28日	5月29日	5月30日	5月31日			
おひるごはん							
	納豆ごはん 焼き鳥風 白菜のツナコーンサラダ みそ汁	鉄分強化！ふりかけご飯 豚肉の生姜焼き 切干大根の煮物 みそ汁	ご飯 白系タラの和風焼き じゃが芋のごま煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	鶏肉の和風スパゲッティ 南瓜のサクサクパン粉焼き スープ	鉄分強化！ふりかけご飯 秋鮭と春野菜のクリーム煮 鶏ささみとフロッキーのサラダ フルーツ(バナナ)		
	栄養価	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 304/12.5/10.2/39.0/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 286/11.2/7.7/41.7/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 253/9.8/3.0/45.6/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 269/12.3/8.5/34.8/0.7	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 324/16.1/7.0/47.6/0.9	

※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

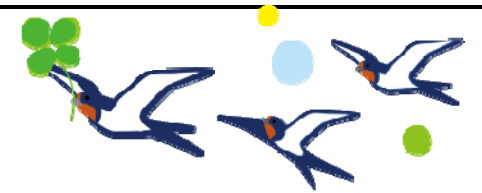


	月	火	水	木	金	土	日
			5月15日	5月16日	5月17日	5月18日	5月19日
ちるいはん							
		クローバーがたくさんは生えていますね～。四つ葉はどこかな？	ご飯 茹で豚のカラフルソースがけ 白菜のサラダ みそ汁	ご飯 カラスカレイのコーンマヨ焼き キャベツの3色サラダ みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 豚肉のごまだれ焼き 大根と大豆の煮物 みそ汁	ご飯 助宗タラの甘酢漬け 豚肉と千ゲン菜のサラダ みそ汁 フルーツ(洋梨缶)	ご飯 高野豆腐の野菜あんかけ 鶏レバーのトマト煮込み みそ汁
	栄養価	タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 259/9.1/8.1/35.4/0.6	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 341/12.3/12.9/42.6/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 264/11.6/7.0/37.3/0.6	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 275/10.8/6.8/40.4/0.7	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 282/12.0/5.9/43.5/1.0
	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日	5月24日	5月25日	5月26日
よるいはん							
	鉄分強化！ふいかけご飯 白系タラと白菜のやわらか煮 鶏肉とかぼちゃの炒めもの みそ汁 フルーツ(パイン缶)	ご飯 キャベツと豚肉の甘辛炒め 小松菜と人参の煮浸し すまし汁 フルーツ(みかん缶)	ご飯 鶏肉のケチャップソース 白菜のしらす和え みそ汁	鉄分強化！ふいかけご飯 秋鮭の野菜あんかけ 千ゲン菜のおかか和え みそ汁 ヨーグルト	ご飯 ゆで豚の野菜サラダ 大豆のもぐもぐ炒り煮 みそ汁	ご飯 カラスカレイの香草マヨ焼き 鶏肉と白菜の煮物 みそ汁 フルーツ(洋梨缶)	ご飯 肉豆腐 小松菜のごま和え みそ汁
	栄養価 Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 278/12.0/4.0/47.0/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 271/10.9/5.2/44.2/0.7	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 262/11.2/7.2/36.1/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 252/12.1/4.2/39.1/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 308/13.1/9.8/40.1/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 311/11.8/9.8/42.0/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 276/12.3/6.8/40.0/0.6
	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日	5月31日		
よるいはん							
	ご飯 助宗タラの煮付け キャベツのそぼろ炒め みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 エビと野菜のトマト煮込み きゅうりとひじきの豆サラダ すまし汁 フルーツ(白桃缶)	ご飯 茹で豚のカラフルソースがけ 白菜のサラダ みそ汁	ご飯 カラスカレイのコーンマヨ焼き キャベツの3色サラダ みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 豚肉のごまだれ焼き 大根と大豆の煮物 みそ汁		
	栄養価 Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 271/13.6/5.3/41.0/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 270/9.2/5.2/46.3/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 259/9.1/8.1/35.4/0.6	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 341/12.3/12.9/42.6/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 264/11.6/7.0/37.3/0.6		

※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	土	日
			5月15日	5月16日	5月17日	5月18日	5月19日
おやつ	クローバーがたくさんは生えていますね～。四つ葉はどこかな？	クローバーがたくさんは生えていますね～。四つ葉はどこかな？	牛乳 くるくるマカロニきなこ 鉄分強化チーズ	牛乳 米粉のドーナッツ	牛乳 りんごゼリー カラメル風おふラスク	牛乳 和風かぼちゃプリン フルーツ(オレンジ)	牛乳 わんぱく千チミ
栄養価		タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 156/7.7/8.0/12.7/0.6	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 171/5.1/7.3/20.4/0.4	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 137/4.5/6.1/16.6/0.2	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 155/5.7/4.4/24.4/0.4	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 184/7.8/5.4/25.0/0.2
	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日	5月24日	5月25日	5月26日
おやつ	牛乳 納豆巻き	牛乳 洋梨のケーキ	牛乳 米粉のスイートポテト	牛乳 豆乳ホットケーキ	牛乳 かぼちゃ茶巾 フルーツ(バナナ)	牛乳 パワフルおにぎり 塩もみきゅうり	牛乳 レーズンおから蒸しパン
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 181/8.3/5.1/25.6/0.4	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 150/4.2/6.2/18.4/0.5	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 152/4.4/5.4/21.6/0.2	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 152/5.3/4.8/21.0/0.4	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 132/4.2/3.6/21.2/0.2	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 173/6.0/5.2/24.9/0.4	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 183/7.1/5.1/26.2/0.4
	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日	5月31日		
おやつ	牛乳 ミニケチャップパスタ	牛乳 米粉の人参ケーキ	牛乳 くるくるマカロニきなこ 鉄分強化チーズ	牛乳 米粉のドーナッツ	牛乳 りんごゼリー カラメル風おふラスク	クローバーがたくさんは生えていますね～。四つ葉はどこかな？	クローバーがたくさんは生えていますね～。四つ葉はどこかな？
栄養価	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 195/9.9/6.7/21.9/0.4	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 165/4.9/6.1/22.2/0.4	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 156/7.7/8.0/12.7/0.6	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 171/5.1/7.3/20.4/0.4	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 137/4.5/6.1/16.6/0.2		

※都合により、献立を変更する場合がございます。