



# 8月



# 献立カレンダー 前半



タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金	土 8月7日	日 8月2日	
おひるごはん		夏はたのしいことがいっぱいあるね～						
		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	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g
栄養面						426/19.9/13.4/53.9/0.7	369/12.4/9.0/57.7/1.0	
	8月3日	8月4日	8月5日	8月6日	8月7日	8月8日	8月9日	
おひるごはん								
	鉄分強化! ふりかけごはん 白糸タラのマヨ焼き 豚肉とキャベツのくたくた煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ)	カレーライス ごぼうときゅうりのたまごサラダ フルーツ(白桃缶)	●タコさんライス 鶏肉と夏野菜の中華玉子炒め みぞ汁 フルーツ(バナナ)	ご飯 鶏ささみのくずたき 五目炒り煮 みぞ汁	ご飯 カラスカレイの野菜あんかけ かぼちゃと昆布のごま煮 みぞ汁 ヨーグルト	冷やし鶏ソーメン さつまいもと厚揚げの炒め煮 フルーツ(オレンジ)	ご飯 鮭の煮付け 鶏レバーのケチャップ炒め すまし汁 フルーツ(洋なし缶)	
栄養面	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	
	389/15.9/11.1/54.7/0.8	462/15.2/13.5/67.2/1.6	406/13.5/12.2/58.0/1.3	386/19.1/7.9/57.4/0.9	385/11.8/9.7/61.1/1.0	358/14.2/8.2/54.3/2.2	370/17.2/7.1/57.2/1.0	
	8月10日	8月11日	8月12日	8月13日	8月14日			
おひるごはん								
	ハヤシライス お豆腐のココロサラダ フルーツ(オレンジ)	鉄分強化! ふりかけごはん 肉野菜のごま炒め かぼちゃの甘煮 すまし汁	なすのナポリタン キャベツの玉子サラダ ミルクスープ	炊き込みピラフ かぼちゃココロック スープ フルーツ(洋なし缶)	ご飯 助宗タラとれんこんの甘辛焼き 鶏ささみと小松菜のサラダ みぞ汁 フルーツ(みかん缶)			
栄養面	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g			
	437/15.3/13.0/61.8/1.2	365/14.1/7.8/57.9/0.8	380/14.9/14.2/46.7/1.0	462/12.5/13.5/70.6/1.0	374/15.8/6.4/60.9/0.9			

※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



タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金	土 8月15日	日 8月16日
おひるごはん		<p>夏はたのしいことが いっぱいあるね～</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>					
						<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 393/18.1/11.1/53.0/1.0</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 372/12.6/9.0/58.4/1.0</p>
おひるごはん	8月17日	8月18日	8月19日	8月20日	8月21日	8月22日	8月23日
	<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 398/15.3/11.8/54.8/0.8</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 463/15.6/13.6/67.3/1.7</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 432/12.3/15.1/59.7/1.8</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 386/19.1/7.9/57.4/0.9</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 385/11.8/9.7/61.1/1.0</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 358/14.2/8.2/54.3/2.2</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 358/17.2/7.1/54.4/1.0</p>
おひるごはん	8月24日	8月25日	8月26日	8月27日	8月28日	8月29日	8月30日
	<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 437/15.3/13.0/61.8/1.2</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 369/14.0/7.8/58.9/0.8</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 371/15.0/13.2/46.8/1.0</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 454/12.4/13.5/68.8/1.0</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 384/15.7/6.4/63.7/0.9</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 426/19.9/13.4/53.9/0.7</p>	<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 361/12.4/9.0/56.0/1.0</p>
おひるごはん	8月31日						
	<p>Kcal/タンパク/脂質/炭水化物/塩分g 389/15.9/11.1/54.7/0.8</p>						

※都合により、献立を変更する場合がございます。