




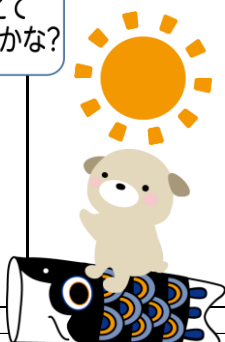
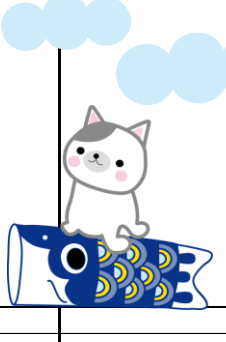

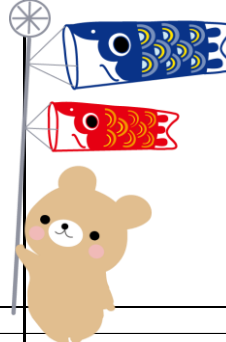









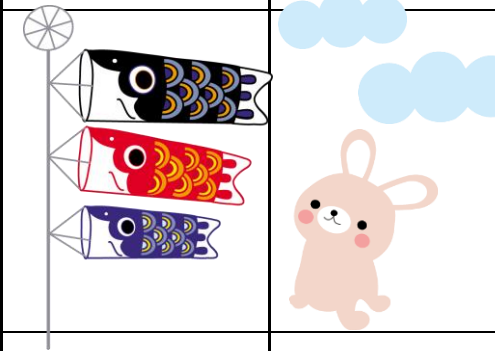





# 5月



# 献立カレンダー 前半



タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金	土 5月1日	日 5月2日
おひるごはん	 <p>クローバーがたくさん生えていますね～。四つ葉はどこかな？</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>					 <p>鉄分強化！ふいかけご飯 助宗タラの甘酢あん 豚肉と小松菜のサラダ すまし汁 フルーツ(みかん缶)</p>	 <p>ご飯 豚肉のケチャップソース 白菜サラダ みそ汁</p>
						Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 268/11.5/4.3/44.3/0.7	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 265/10.7/6.3/40.2/0.7
おひるごはん	5月3日	5月4日	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日
	 <p>ご飯 鶏肉の野菜炒め 大根とインゲンのサラダ みそ汁</p>	 <p>枝豆ひじきご飯 鮭の煮付け 鶏肉とスナップエンドウの炒め物 みそ汁 フルーツ(パイナップル缶)</p>	 <p>豚しゃぶ冷やしうどん かぼちゃの塩バター煮 フルーツ(みかん缶)</p>	 <p>●こいのぼりライス 助宗タラのサクサクフライ チンゲン菜のごまサラダ スープ</p>	 <p>ご飯 豆腐ハンバーグ さつまいもとインゲンのサラダ すまし汁</p>	 <p>鉄分強化！ふいかけご飯 ポークビーンズ 小松菜と人参の和え物 みそ汁</p>	 <p>ご飯 白糸タラのごま煮 鶏レバーのかいん焼き みそ汁 ヨーグルト</p>
栄養価	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 254/8.5/7.1/37.6/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 297/15.0/6.7/42.8/0.7	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 252/10.7/5.4/39.5/1.0	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 344/13.7/10.4/46.3/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 309/9.2/7.3/49.8/0.6	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 267/10.6/6.0/40.8/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 264/14.9/4.2/40.1/1.0
おひるごはん	5月10日	5月11日	5月12日	5月13日	5月14日		
	 <p>納豆ごはん 焼き鳥風 切干大根の煮物 みそ汁</p>	 <p>ドライカレー 白菜のツナサラダ フルーツ(洋梨缶)</p>	 <p>ご飯 カラスカレイの和風焼き じゃが芋の含め煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ)</p>	 <p>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</p>	 <p>ご飯 春野菜のクリームシチュー 鶏ささみとフロッキーのサラダ フルーツ(バナナ)</p>		
栄養価	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 323/13.5/10.6/42.1/0.8	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 303/9.8/8.9/44.4/0.9	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 275/8.4/7.3/43.1/0.5	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/10.6/7.7/36.1/0.6	Kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 291/11.0/6.9/45.4/0.8		

※都合により、献立を変更する場合がございます。

# 5月

# 献立カレンダー 後半



タイハイ株式会社

	月	火	水	木	金	土 5月15日	日 5月16日				
おひるごはん	<p>クローバーがたくさん生えていますね～。四つ葉はどこかな？</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>					<p>鉄分強化！ふいかけご飯 助宗タラの甘酢あん 豚肉と小松菜のサラダ すまし汁 ヨーグルト</p>	<p>ご飯 豚肉のケチャップソース 白菜サラダ みぞ汁</p>				
						Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 275/12.4/5.3/43.1/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 259/10.4/6.3/38.9/0.6				
おひるごはん	5月17日	5月18日	5月19日	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日				
	<p>ご飯 鶏肉の野菜炒め 大根とインゲンのサラダ みぞ汁</p>	<p>枝豆ひじきご飯 鮭の煮付け 鶏肉とスナップエンドウの炒め物 みぞ汁 ヨーグルト</p>	<p>豚しゃぶ冷やしうどん かぼちゃの塩バター煮 フルーツ(バナナ)</p>	<p>●クマさんライス 助宗タラのサクサクフライ チンゲン菜のごまサラダ スープ</p>	<p>ご飯 豆腐ハンバーグ さつまいもとインゲンのサラダ すまし汁</p>	<p>鉄分強化！ふいかけご飯 ポークヒーンズ 小松菜と人参の和え物 みぞ汁</p>	<p>ご飯 白菜タラのごま煮 鶏しゃぶのかいん焼き みぞ汁 ヨーグルト</p>				
					Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 255/8.4/7.1/37.7/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 304/16.0/7.6/41.4/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 253/10.7/5.4/40.0/1.0	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 308/10.5/6.6/50.3/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 309/9.2/7.3/49.8/0.6	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 267/10.6/6.0/40.8/0.9	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 264/14.9/4.2/40.1/1.0
おひるごはん	5月24日	5月25日	5月26日	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日				
	<p>納豆ごはん 焼き鳥風 切干大根の煮物 みぞ汁</p>	<p>ドライカレー 白菜のツナサラダ フルーツ(洋梨缶)</p>	<p>ご飯 カラスカレイの和風焼き じゃが芋の宮め煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>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</p>	<p>ご飯 春野菜のクリームシチュー 鶏ささみとフロコリーのサラダ フルーツ(バナナ)</p>	<p>鉄分強化！ふいかけご飯 助宗タラの甘酢あん 豚肉と小松菜のサラダ すまし汁 ヨーグルト</p>	<p>ご飯 豚肉のケチャップソース 白菜サラダ みぞ汁</p>				
					Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 323/13.5/10.6/42.1/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 303/9.8/8.9/44.4/0.9	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 275/8.4/7.3/43.1/0.5	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 257/10.6/7.7/36.1/0.6	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 291/11.0/6.9/45.4/0.8	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 275/12.4/5.3/43.1/0.7	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 259/10.4/6.3/38.9/0.6
おひるごはん	5月31日										
	<p>ご飯 鶏肉の野菜炒め 大根とインゲンのサラダ みぞ汁</p>						Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g 255/8.4/7.1/37.7/0.8				

※都合により、献立を変更する場合がございます。



# 5月



# 献立カレンダー 前半



タイハイ株式会社

		月	火	水	木	金	土 5月1日	日 5月2日							
おやつ	栄養価	 クローバーがたくさん生えていますね～。四つ葉はどこかな？ タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠				 牛乳 レースンおから蒸しパン	 牛乳 ジャが芋のソフトクッキー	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g <b>182/7.0/5.0/28.1/0.4</b>	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g <b>214/5.3/8.8/27.7/0.2</b>						
										5月3日	5月4日	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日
おやつ	栄養価	 牛乳 大豆きなこ焼き フルーツ(黄桃缶)	 牛乳 豆乳ホットケーキ	 牛乳 じゃこと大根葉のおにぎり	 牛乳 洋梨のケーキ	 牛乳 いんごゼリー 鉄分強化チーズ	 牛乳 きな粉蒸しパン	 牛乳 かぼちゃ茶巾 フルーツ(白桃缶)	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g <b>165/8.1/7.7/16.3/0.1</b>	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g <b>151/5.3/4.8/20.9/0.4</b>	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g <b>162/5.9/4.2/24.1/0.4</b>	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g <b>147/4.3/6.2/17.8/0.5</b>	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g <b>130/5.8/7.2/10.7/0.7</b>	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g <b>169/7.1/5.6/22.5/0.4</b>	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g <b>142/4.2/3.6/23.7/0.1</b>
		5月10日	5月11日	5月12日	5月13日	5月14日									
おやつ	栄養価	 牛乳 パワフルおにぎり トマト	 牛乳 桃入りあずき豆乳寒天	 牛乳 パナナおからドーナツ	 牛乳 さつまいももち フルーツ(パイン缶)	 牛乳 おやし風			Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g <b>169/5.5/4.7/25.7/0.3</b>	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g <b>148/5.3/4.6/21.9/0.1</b>	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g <b>195/5.3/7.2/27.6/0.4</b>	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g <b>159/3.7/3.5/28.4/0.3</b>	Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g <b>140/4.6/4.6/19.2/0.3</b>		

※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 5月15日	日 5月16日
おやつ	 <p>クローバーがたくさん生えていますね～。四つ葉はどこかな？</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p> 					 <p>牛乳 レーズンおから蒸しパン</p>	 <p>牛乳 じゃが芋のソフトクッキー</p>
						<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>182/7.0/5.0/28.1/0.4</p>	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>214/5.3/8.8/27.7/0.2</p>
	5月17日	5月18日	5月19日	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日
おやつ	 <p>牛乳 大豆きなご焼き フルーツ(黄桃缶)</p>	 <p>牛乳 豆乳ホットケーキ</p>	 <p>牛乳 納豆巻き</p>	 <p>牛乳 洋梨のケーキ</p>	 <p>牛乳 りんごゼリー 鉄分強化チーズ</p>	 <p>牛乳 きな粉蒸しパン</p>	 <p>牛乳 かぼちゃ茶巾 フルーツ(白桃缶)</p>
	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>165/8.1/7.7/16.3/0.1</p>	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>151/5.3/4.8/20.9/0.4</p>	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>177/7.6/5.0/25.3/0.3</p>	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>147/4.3/6.2/17.8/0.5</p>	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>130/5.8/7.2/10.7/0.7</p>	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>169/7.1/5.6/22.5/0.4</p>	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>142/4.2/3.6/23.7/0.1</p>
	5月24日	5月25日	5月26日	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日
おやつ	 <p>牛乳 バワフルおにぎり トマト</p>	 <p>牛乳 桃入りあずき豆乳寒天</p>	 <p>牛乳 バナナおからドーナツ</p>	 <p>牛乳 さつま芋もち フルーツ(パイン缶)</p>	 <p>牛乳 おやき風</p>	 <p>牛乳 レーズンおから蒸しパン</p>	 <p>牛乳 じゃが芋のソフトクッキー</p>
	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>169/5.5/4.7/25.7/0.3</p>	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>148/5.3/4.6/21.9/0.1</p>	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>195/5.3/7.2/27.6/0.4</p>	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>159/3.7/3.5/28.4/0.3</p>	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>140/4.6/4.6/19.2/0.3</p>	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>182/7.0/5.0/28.1/0.4</p>	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>214/5.3/8.8/27.7/0.2</p>
	5月31日						
おやつ	 <p>牛乳 大豆きなご焼き フルーツ(黄桃缶)</p>						
	<p>Kcal/タンハ7g/脂質g/炭水化物g/塩分g</p> <p>165/8.1/7.7/16.3/0.1</p>						

※都合により、献立を変更する場合がございます。