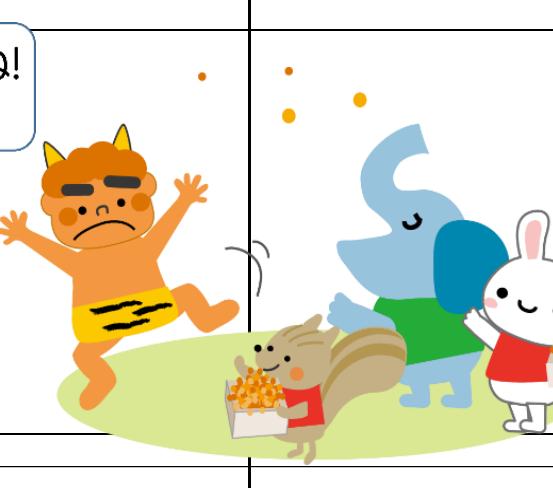




「トルキッズ献立カレンダー 前半



タイヘイ株式会社

月	火	水	木	金	土	日	
おひるごはん	 <div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; display: inline-block;"> 2月といえば節分ですね! おには外～福は内～! </div> <p>タイヘイ(株) 応援ソポーター 林家たい平師匠</p>						
栄養価						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 328/11.3/10.4/50.7/0.9	
2月2日	2月3日	2月4日	2月5日	2月6日	2月7日	2月8日	
おひるごはん	 <p>鉄分強化！ふりかけご飯 カラスカレイのムニエル 大根と人参のおかか煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	 <p>●鬼さんライス スペツナサラダ みそ汁 フルーツ(りんご)</p>	 <p>ご飯 白糸たらのねぎ風味焼き かぼちゃと鶏肉のとろみ煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	 <p>ご飯 厚揚げと野菜のさっぱり炒め 切干大根ときゅういの和え物 みそ汁</p>	 <p>ご飯 助宗たらのごま炒め 粉豆腐とキャベツの炒め煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)</p>	 <p>ご飯 鶏肉のパン粉焼き 豆腐と根菜の煮物 みそ汁</p>	 <p>ご飯 鮭のみそ煮 鶏レバーの甘辛ごま炒め すまし汁 フルーツ(いよかん)</p>
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 254/7.9/7.4/41.5/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 335/11.7/10.2/52.1/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 274/12.8/6.1/44.4/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 289/11.9/9.2/43.4/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 270/11.9/6.7/42.4/0.8	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 317/13.5/12.0/41.6/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 274/15.0/5.4/42.0/0.9
2月9日	2月10日	2月11日	2月12日	2月13日	2月14日		
おひるごはん	 <p>ご飯 鶏肉と野菜のうま煮 かぶのコーンサラダ みそにゅうめん</p>	 <p>ご飯 白糸たらの磯風味焼き 冬野菜とささみの煮物 みそ汁 フルーツ(りんご)</p>	 <p>豚肉の野菜あんかけ丼 さつま芋と人参のサラダ みそ汁</p>	 <p>鉄分強化！ふりかけご飯 助宗たらのオニオンソースかけ 炒りおから 具だくさん汁 ヨーグルト</p>	 <p>●バレンタイン☆チキンハヤシライス キャベツのツナサラダ スープ フルーツ(オレンジ)</p>	 <p>あったか肉うどん ほうれん草の信田和え フルーツ(りんご)</p>	
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 310/11.6/9.4/47.5/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 255/11.6/4.3/44.7/0.7	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 290/9.9/7.4/48.4/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 272/13.1/5.9/44.6/1.0	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 320/12.1/10.3/48.1/1.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 243/11.2/8.2/32.3/0.8	
						※都合により、献立を変更する場合がございます。	