

1月

「トルキッス献立カレンダー」前半



タイハイ株式会社

	月 1月1日	火 1月2日	水 1月3日	木 1月4日	金 1月5日	土 1月6日	日 1月7日
おやつ							
	牛乳 大学かぼちゃ おこめリング	牛乳 寒天ポンチ	牛乳 鶏肉としらすのチャーハン風	牛乳 おから蒸しパン	牛乳 切干大根の和風米粉千切り	牛乳 白桃ケーキ	牛乳 粉豆腐のお好み焼き
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 144/4.4/5.0/22.2/0.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 143/3.9/4.0/24.7/0.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 184/7.7/6.6/25.0/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 173/6.9/5.0/28.3/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 179/6.5/5.7/26.4/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 140/4.3/6.2/17.9/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 174/10.8/9.0/13.9/0.5
	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	1月12日	1月13日	1月14日
おやつ							
	牛乳 きなこ豆乳パンケーキ	牛乳 チーズふりかけおにぎり スティック野菜	牛乳 かぼちゃの揚げまんじゅう風 フルーツ(パイン缶)	牛乳 ●年明けうどん	牛乳 りんごゼリー 鉄分強化チーズ	牛乳 米粉のドーナッツ	牛乳 きなこ玉 フルーツ(オレンジ)
栄養価	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 157/7.4/6.4/19.4/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 174/5.5/6.2/26.6/0.3	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 163/4.3/6.5/24.8/0.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 174/8.0/6.4/21.5/0.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 122/5.7/6.8/10.9/0.6	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 165/4.9/7.3/20.6/0.4	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 178/11.0/8.9/16.7/0.1
おやつ	<p>あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願いいたします!</p> <p>タイハイ(株) 応援サポーター 林家たい平師匠</p>						
栄養価							

※都合により、献立を変更する場合がございます。