

# たんぱく調整食

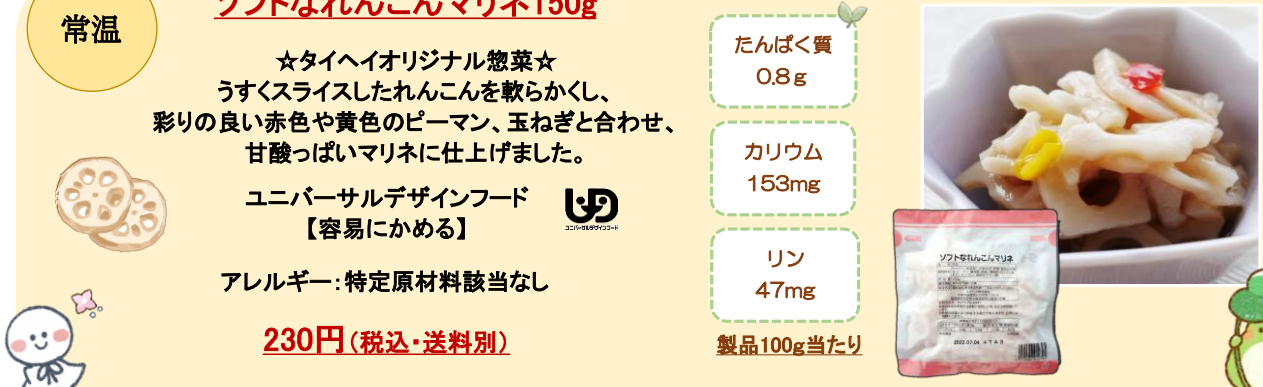
## 価格表 (税込価格)

5食	3,280円	定期継続購入	3,280円
7食	4,600円		4,600円
14食	7,630円		7,630円

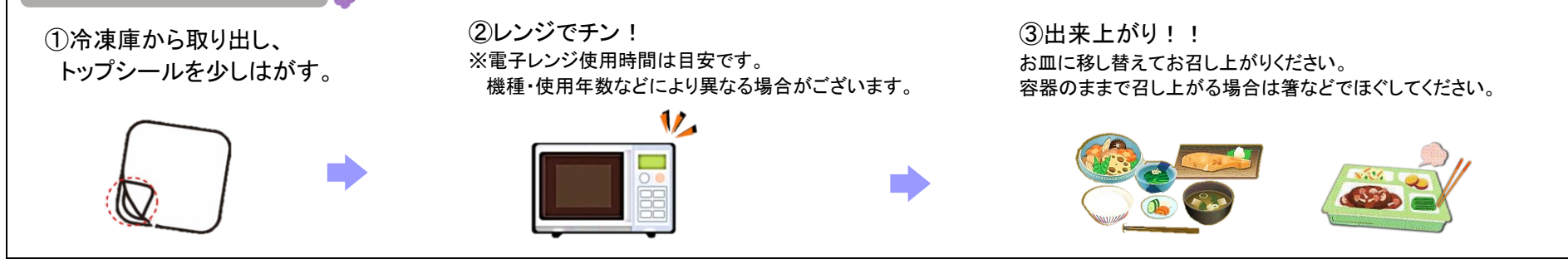
日	月	火	水	木	金	土
<p><b>1</b> 韓国風焼肉炒め</p> <p>●栄養価 工:306kcal 蛋:9.8g 脂:17.8g 炭:27.4g 塩:1.9g リ:115mg カ:423mg</p> <p>●献立 韓国風焼肉炒め 糸コンと鶏肉の煮物 ごぼうサラダ ほうれん草のバターソテー</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p><b>2</b> サバの煮付け</p> <p>●栄養価 工:314kcal 蛋:8.6g 脂:21.1g 炭:21.0g 塩:1.3g リ:134mg カ:412mg</p> <p>●献立 サバの煮付け 野菜のバジル炒め ナスのトマトソース ポテトサラダ 甘酢蓮根</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p><b>3</b> 鶏の柚子胡椒焼き</p> <p>●栄養価 工:305kcal 蛋:9.8g 脂:18.7g 炭:25.2g 塩:1.8g リ:140mg カ:474mg</p> <p>●献立 鶏の柚子胡椒焼き 豚肉のマヨネーズ炒め風 さつま芋のバター風味 チンゲン菜とコーンの中華炒め ブロッコリーソテー</p> <p>●小麦・乳・卵・えび</p>	<p><b>4</b> 豚肉と玉葱の味噌炒め</p> <p>●栄養価 工:307kcal 蛋:8.8g 脂:20.1g 炭:14.9g 塩:1.7g リ:112mg カ:297mg</p> <p>●献立 豚肉と玉葱の味噌炒め ミモザ風はんぺん温サラダ 彩りしんじょう チンゲン菜ともやしのナムル</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p><b>5</b> 豆腐おろしハンバーグ</p> <p>●栄養価 工:300kcal 蛋:9.3g 脂:14.7g 炭:32.9g 塩:2.0g リ:108mg カ:276mg</p> <p>●献立 豆腐おろしハンバーグ 厚揚げと野菜のたまごあんかけ マカロニサラダ うぐいす豆</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p><b>6</b> 豚肉とナスの味噌炒め</p> <p>●栄養価 工:300kcal 蛋:9.9g 脂:15.6g 炭:32.5g 塩:1.7g リ:96mg カ:327mg</p> <p>●献立 豚肉とナスの味噌炒め じゃが芋のミートグラタン風 うぐいす豆 チンゲン菜ともやしのナムル</p> <p>●小麦・乳</p>	<p><b>7</b> ソースとんかつ</p> <p>●栄養価 工:328kcal 蛋:8.1g 脂:16.3g 炭:37.5g 塩:1.9g リ:60mg カ:329mg</p> <p>●献立 ソースとんかつ チャブチ さつま芋の甘露煮 コールスローサラダ 枝豆</p> <p>●小麦・乳・卵・えび</p>
<p><b>8</b> タラの甘酢あんかけ</p> <p>●栄養価 工:303kcal 蛋:9.9g 脂:17.4g 炭:28.1g 塩:1.9g リ:134mg カ:418mg</p> <p>●献立 タラの甘酢あんかけ マーボーナス タマゴサラダ さつま芋のバター風味</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p><b>9</b> サバの味噌煮</p> <p>●栄養価 工:304kcal 蛋:9.1g 脂:19.5g 炭:23.6g 塩:2.0g リ:121mg カ:445mg</p> <p>●献立 サバの味噌煮 焼きビーフン コーンじゃがバター ひじき煮 ほうれん草のナムル</p> <p>●小麦・乳・えび</p>	<p><b>10</b> チキンステーキ(醤油)</p> <p>●栄養価 工:303kcal 蛋:8.5g 脂:22.3g 炭:18.3g 塩:1.6g リ:107mg カ:424mg</p> <p>●献立 チキンステーキ(醤油) もやしのナムル キャロットラペ ポテトサラダ ピーマンとナスの炒め物</p> <p>●小麦・乳・卵・落花生</p>	<p><b>11</b> 豚ちり鍋風</p> <p>●栄養価 工:305kcal 蛋:10.0g 脂:19.5g 炭:23.2g 塩:2.0g リ:110mg カ:467mg</p> <p>●献立 豚ちり鍋風 チャブチ 肉シューマイ ひじきと蓮根のサラダ</p> <p>●小麦・乳・卵・えび</p>	<p><b>12</b> アジシソフライ</p> <p>●栄養価 工:305kcal 蛋:8.7g 脂:19.6g 炭:23.3g 塩:1.6g リ:97mg カ:315mg</p> <p>●献立 アジシソフライ ソーセージと野菜のカレー風味 タマゴサラダ ピーマンとナスの炒め物 小松菜煮</p> <p>●小麦・乳・卵・落花生</p>	<p><b>13</b> 肉豆腐</p> <p>●栄養価 工:300kcal 蛋:9.3g 脂:13.5g 炭:35.9g 塩:1.6g リ:107mg カ:283mg</p> <p>●献立 肉豆腐 野菜のバジル炒め 二色豆(黒豆・白花豆) マカロニサラダ</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p><b>14</b> 和風ハンバーグ</p> <p>●栄養価 工:304kcal 蛋:9.8g 脂:18.4g 炭:24.1g 塩:2.0g リ:127mg カ:275mg</p> <p>●献立 和風ハンバーグ チャブチ コールスローサラダ だし巻き玉子 バター醤油風味マカロニ</p> <p>●小麦・乳・卵・えび</p>
<p><b>15</b> 豚肉の味噌煮込み</p> <p>●栄養価 工:327kcal 蛋:9.7g 脂:22.1g 炭:27.7g 塩:1.7g リ:130mg カ:473mg</p> <p>●献立 豚肉の味噌煮込み マーボーナス インゲンの胡麻和え 南瓜サラダ</p> <p>●小麦・卵・乳</p>	<p><b>16</b> ポークトマト煮</p> <p>●栄養価 工:302kcal 蛋:7.7g 脂:14.7g 炭:34.0g 塩:1.7g リ:107mg カ:436mg</p> <p>●献立 ポークトマト煮 はんぺんと野菜の田舎煮 さつま芋の甘露煮 温野菜サラダ</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p><b>17</b> 真あじのしそ巻き天ぷら</p> <p>●栄養価 工:304kcal 蛋:8.4g 脂:13.8g 炭:37.4g 塩:1.9g リ:95mg カ:359mg</p> <p>●献立 真あじのしそ巻き天ぷら ナスのトマトソース マカロニサラダ うぐいす豆 小松菜</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p><b>18</b> 鶏肉とインゲンの味噌だれ焼き</p> <p>●栄養価 工:305kcal 蛋:8.1g 脂:21.7g 炭:20.8g 塩:1.9g リ:83mg カ:386mg</p> <p>●献立 鶏肉とインゲンの味噌だれ焼き ピーマンとナスの炒め物 ひじきと蓮根のサラダ キャロットラペ</p> <p>●小麦・乳・卵・落花生</p>	<p><b>19</b> 野菜たっぷりエビマヨ</p> <p>●栄養価 工:302kcal 蛋:9.3g 脂:19.5g 炭:25.5g 塩:1.8g リ:78mg カ:449mg</p> <p>●献立 野菜たっぷりエビマヨ 肉豆腐 コーンじゃがバター 中華風もやし炒め</p> <p>●小麦・乳・卵・えび</p>	<p><b>20</b> 牛肉のオイスター炒め</p> <p>●栄養価 工:308kcal 蛋:9.9g 脂:15.8g 炭:31.7g 塩:2.0g リ:136mg カ:459mg</p> <p>●献立 牛肉のオイスター炒め ミモザ風はんぺん温サラダ 肉シューマイ さつま芋の甘露煮</p> <p>●小麦・乳・卵・えび</p>	<p><b>21</b> 家常豆腐</p> <p>●栄養価 工:316kcal 蛋:9.9g 脂:19.4g 炭:24.2g 塩:1.6g リ:170mg カ:430mg</p> <p>●献立 家常豆腐 イカの酢豚風 ごぼうサラダ だし巻き玉子</p> <p>●小麦・乳・卵・落花生</p>
<p><b>22</b> 韓国風焼肉炒め</p> <p>●栄養価 工:306kcal 蛋:9.8g 脂:17.8g 炭:27.4g 塩:1.9g リ:115mg カ:423mg</p> <p>●献立 韓国風焼肉炒め 糸コンと鶏肉の煮物 ごぼうサラダ ほうれん草のバターソテー</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p><b>23</b> サバの煮付け</p> <p>●栄養価 工:314kcal 蛋:8.6g 脂:21.1g 炭:21.0g 塩:1.3g リ:134mg カ:412mg</p> <p>●献立 サバの煮付け 野菜のバジル炒め ナスのトマトソース ポテトサラダ 甘酢蓮根</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p><b>24</b> 鶏の柚子胡椒焼き</p> <p>●栄養価 工:305kcal 蛋:9.8g 脂:18.7g 炭:25.2g 塩:1.8g リ:140mg カ:474mg</p> <p>●献立 鶏の柚子胡椒焼き 豚肉のマヨネーズ炒め風 さつま芋のバター風味 チンゲン菜とコーンの中華炒め ブロッコリーソテー</p> <p>●小麦・乳・卵・えび</p>	<p><b>25</b> 豚肉と玉葱の味噌炒め</p> <p>●栄養価 工:307kcal 蛋:8.8g 脂:20.1g 炭:14.9g 塩:1.7g リ:112mg カ:297mg</p> <p>●献立 豚肉と玉葱の味噌炒め ミモザ風はんぺん温サラダ 彩りしんじょう チンゲン菜ともやしのナムル</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p><b>26</b> 豆腐おろしハンバーグ</p> <p>●栄養価 工:300kcal 蛋:9.3g 脂:14.7g 炭:32.9g 塩:2.0g リ:108mg カ:276mg</p> <p>●献立 豆腐おろしハンバーグ 厚揚げと野菜のたまごあんかけ マカロニサラダ うぐいす豆</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p><b>27</b> 豚肉とナスの味噌炒め</p> <p>●栄養価 工:300kcal 蛋:9.9g 脂:15.6g 炭:32.5g 塩:1.7g リ:96mg カ:327mg</p> <p>●献立 豚肉とナスの味噌炒め じゃが芋のミートグラタン風 うぐいす豆 チンゲン菜ともやしのナムル</p> <p>●小麦・乳</p>	<p><b>28</b> ソースとんかつ</p> <p>●栄養価 工:328kcal 蛋:8.1g 脂:16.3g 炭:37.5g 塩:1.9g リ:60mg カ:329mg</p> <p>●献立 ソースとんかつ チャブチ さつま芋の甘露煮 コールスローサラダ 枝豆</p> <p>●小麦・乳・卵・えび</p>
<p><b>29</b> タラの甘酢あんかけ</p> <p>●栄養価 工:303kcal 蛋:9.9g 脂:17.4g 炭:28.1g 塩:1.9g リ:134mg カ:418mg</p> <p>●献立 タラの甘酢あんかけ マーボーナス タマゴサラダ さつま芋のバター風味</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p><b>30</b> サバの味噌煮</p> <p>●栄養価 工:304kcal 蛋:9.1g 脂:19.5g 炭:23.6g 塩:2.0g リ:121mg カ:445mg</p> <p>●献立 サバの味噌煮 焼きビーフン コーンじゃがバター ひじき煮 ほうれん草のナムル</p> <p>●小麦・乳・えび</p>	<p><b>常温</b> <b>ソフトなれんこんマリネ150g</b></p> <p>☆タイハイオリジナル惣菜☆ うすくスライスしたれんこんを軟らかくし、 彩りの良い赤色や黄色のピーマン、玉ねぎと合わせ、 甘酸っぱいマリネに仕上げました。</p> <p>ユニバーサルデザインフード 【容易にかめる】</p> <p>アレルギー:特定原材料該当なし</p> <p><b>230円(税込・送料別)</b></p> <p>たんぱく質 0.8g カリウム 153mg リン 47mg 製品100g当たり</p>				

おいしいお召上がり方

- ①冷凍庫から取り出し、  
トップシールを少しはがす。
- ②レンジでチン！  
※電子レンジ使用時間は目安です。  
機種・使用年数などにより異なる場合がございます。
- ③出来上がり！！  
お皿に移し替えてお召上がりください。  
容器のままで召上がる場合は箸などでほぐしてください。



たんぱく質 0.8g  
カリウム 153mg  
リン 47mg  
製品100g当たり



●栄養価について  
工:エネルギー、蛋:たんぱく質、脂:脂質、炭:炭水化物、塩:食塩相当量、リ:リン、カ:カリウムです。注文した日にチェックを入れると注文を忘れず、便利です。

●アレルギーについて  
アレルギーは特定原材料のみ記載しております。

※注文チェック欄について  
※背景がピンク色の日には弊社休業日です。  
※お届け商品は予告なく変更になる場合がございます。ご了承ください。