

**常温**

**かぼちゃサラダ150g**

★タイハイオリジナル惣菜★  
かぼちゃ本来の甘みを活かし、  
口あたりなめらかに仕上げました！

◎ユニバーサルデザインフード【容易にかめる】

※アレルギー：特定原材料該当なし

**230円(税込・送料別)**

かぼちゃに含まれる  
ビタミンC・Eで  
免疫力アップ！



選ぶ手間なし！  
タイハイオリジナル惣菜8Pセットも  
ご用意しております。



**1,600円(税込・送料別)**

1

**梅しそご飯セット**

●栄養価  
工: 355kcal  
蛋: 10.0g  
脂: 10.8g  
炭: 52.7g  
塩: 1.7g

●献立  
梅しそご飯  
鶏唐と野菜のソテー  
ひじき炒め煮  
小松菜のアーモンド和え  
茄子の肉味噌あん

●小麦・乳

<p>2</p> <p><b>あんかけ焼きそばセット</b></p> <p>●栄養価 工: 356kcal 蛋: 10.2g 脂: 13.7g 炭: 45.9g 塩: 2.0g</p> <p>●献立 焼きそば(ソース混合) 野菜あん 厚揚げと茄子の甘辛ソース さつまいも甘煮 小松菜の中華風卵和え</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p>3</p> <p><b>五目ご飯セット</b></p> <p>●栄養価 工: 379kcal 蛋: 10.7g 脂: 14.0g 炭: 51.0g 塩: 1.9g</p> <p>●献立 五目ご飯 白身魚フライ タルタル風マヨソース ブロッコリーと玉ねぎの生姜和え がんもどきの煮物 かぼちゃのごまがらめ</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p>4</p> <p><b>バターチキンカレーセット</b></p> <p>●栄養価 工: 355kcal 蛋: 10.3g 脂: 13.2g 炭: 46.8g 塩: 1.8g</p> <p>●献立 ターメリックライス バターチキンカレー 小松菜と人参のコンソメ煮 ハム入りミルクポテト いんげんときのこのガーリック風味</p> <p>●小麦・乳</p>	<p>5</p> <p><b>あんかけチャーハンセット</b></p> <p>●栄養価 工: 336kcal 蛋: 9.5g 脂: 13.2g 炭: 42.7g 塩: 1.8g</p> <p>●献立 玉子チャーハン かに風味あん 小松菜の中華炒め キャベツと人参のコールスロー 厚揚げのピリ辛肉味噌</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p>6</p> <p><b>上海風焼きそばセット</b></p> <p>●栄養価 工: 342kcal 蛋: 11.6g 脂: 12.9g 炭: 43.8g 塩: 2.0g</p> <p>●献立 上海風焼きそば ホイコーロー クワイとときらげ炒め さつまいも金団 ブロッコリーとコーンの香味和え</p> <p>●小麦・乳</p>	<p>7</p> <p><b>お赤飯セット</b></p> <p>●栄養価 工: 339kcal 蛋: 13.7g 脂: 11.5g 炭: 43.3g 塩: 1.6g</p> <p>●献立 お赤飯(うるち米) さわらの西京味噌だれ 蓮根とひじきの金平 人参とアーモンドのサラダ 白菜と卵の和え物</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p>8</p> <p><b>五目チャーハンセット</b></p> <p>●栄養価 工: 347kcal 蛋: 10.2g 脂: 13.0g 炭: 44.3g 塩: 2.0g</p> <p>●献立 五目チャーハン 麻婆豆腐 蓮根の香味炒め ナスとおくらのおかか和え 青梗菜と春雨のスープ煮</p> <p>●小麦・乳・卵</p>
---	---	--	--	---	--	---

<p>9</p> <p><b>あさりご飯セット</b></p> <p>●栄養価 工: 367kcal 蛋: 12.8g 脂: 12.2g 炭: 48.3g 塩: 1.8g</p> <p>●献立 あさりご飯 厚揚げの肉味噌かけ トマトソースフィジリ おくらのおろし和え ポテトサラダ</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p>10</p> <p><b>なすと挽肉のドライカレーセット</b></p> <p>●栄養価 工: 346kcal 蛋: 11.0g 脂: 11.6g 炭: 47.4g 塩: 1.7g</p> <p>●献立 なすと挽肉のドライカレー 豚焼肉 キャベツとツナのソテー マカロニマトソース ごぼうとひじきの胡麻マヨサラダ</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p>11</p> <p><b>鶏と生姜の炊き込みご飯セット</b></p> <p>●栄養価 工: 348kcal 蛋: 10.5g 脂: 11.4g 炭: 47.4g 塩: 1.9g</p> <p>●献立 鶏と生姜の炊き込みご飯 ホキの天ぷら柚子おろしかけ すり胡麻かぼちゃ オクラのおかか和え 切干大根の煮物</p> <p>●小麦・乳</p>	<p>12</p> <p><b>うどんすきセット</b></p> <p>●栄養価 工: 327kcal 蛋: 9.7g 脂: 13.3g 炭: 41.0g 塩: 1.5g</p> <p>●献立 うどんすき うどんすきの具 マッシュかぼちゃ ブロッコリーとわかめの生姜和え 茄子と大豆のピリ辛和え</p> <p>●小麦・乳</p>	<p>13</p> <p><b>中華丼セット</b></p> <p>●栄養価 工: 373kcal 蛋: 9.9g 脂: 11.3g 炭: 54.9g 塩: 1.1g</p> <p>●献立 白飯 中華丼の具 ほうれん草と卵の和え物 大学芋 厚揚げと枝豆のチリソースかけ</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p>14</p> <p><b>梅しそご飯セット</b></p> <p>●栄養価 工: 355kcal 蛋: 10.0g 脂: 10.8g 炭: 52.7g 塩: 1.7g</p> <p>●献立 梅しそご飯 鶏唐と野菜のソテー ひじき炒め煮 小松菜のアーモンド和え 茄子の肉味噌あん</p> <p>●小麦・乳</p>	<p>15</p> <p><b>あんかけ焼きそばセット</b></p> <p>●栄養価 工: 356kcal 蛋: 10.2g 脂: 13.7g 炭: 45.9g 塩: 2.0g</p> <p>●献立 焼きそば(ソース混合) 野菜あん 厚揚げと茄子の甘辛ソース さつまいも甘煮 小松菜の中華風卵和え</p> <p>●小麦・乳・卵</p>
---	--	---	--	---	--	--

<p>16</p> <p><b>五目ご飯セット</b></p> <p>●栄養価 工: 379kcal 蛋: 10.7g 脂: 14.0g 炭: 51.0g 塩: 1.9g</p> <p>●献立 五目ご飯 白身魚フライ タルタル風マヨソース ブロッコリーと玉ねぎの生姜和え がんもどきの煮物 かぼちゃのごまがらめ</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p>17</p> <p><b>バターチキンカレーセット</b></p> <p>●栄養価 工: 355kcal 蛋: 10.3g 脂: 13.2g 炭: 46.8g 塩: 1.8g</p> <p>●献立 ターメリックライス バターチキンカレー 小松菜と人参のコンソメ煮 ハム入りミルクポテト いんげんときのこのガーリック風味</p> <p>●小麦・乳</p>	<p>18</p> <p><b>あんかけチャーハンセット</b></p> <p>●栄養価 工: 336kcal 蛋: 9.5g 脂: 13.2g 炭: 42.7g 塩: 1.8g</p> <p>●献立 玉子チャーハン かに風味あん 小松菜の中華炒め キャベツと人参のコールスロー 厚揚げのピリ辛肉味噌</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p>19</p> <p><b>上海風焼きそばセット</b></p> <p>●栄養価 工: 342kcal 蛋: 11.6g 脂: 12.9g 炭: 43.8g 塩: 2.0g</p> <p>●献立 上海風焼きそば ホイコーロー クワイとときらげ炒め さつまいも金団 ブロッコリーとコーンの香味和え</p> <p>●小麦・乳</p>	<p>20</p> <p><b>お赤飯セット</b></p> <p>●栄養価 工: 339kcal 蛋: 13.7g 脂: 11.5g 炭: 43.3g 塩: 1.6g</p> <p>●献立 お赤飯(うるち米) さわらの西京味噌だれ 蓮根とひじきの金平 人参とアーモンドのサラダ 白菜と卵の和え物</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p>21</p> <p><b>五目チャーハンセット</b></p> <p>●栄養価 工: 347kcal 蛋: 10.2g 脂: 13.0g 炭: 44.3g 塩: 2.0g</p> <p>●献立 五目チャーハン 麻婆豆腐 蓮根の香味炒め ナスとおくらのおかか和え 青梗菜と春雨のスープ煮</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p>22</p> <p><b>あさりご飯セット</b></p> <p>●栄養価 工: 367kcal 蛋: 12.8g 脂: 12.2g 炭: 48.3g 塩: 1.8g</p> <p>●献立 あさりご飯 厚揚げの肉味噌かけ トマトソースフィジリ おくらのおろし和え ポテトサラダ</p> <p>●小麦・乳・卵</p>
--	---	---	--	---	--	--

<p>23</p> <p><b>なすと挽肉のドライカレーセット</b></p> <p>●栄養価 工: 346kcal 蛋: 11.0g 脂: 11.6g 炭: 47.4g 塩: 1.7g</p> <p>●献立 なすと挽肉のドライカレー 豚焼肉 キャベツとツナのソテー マカロニマトソース ごぼうとひじきの胡麻マヨサラダ</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p>24</p> <p><b>鶏と生姜の炊き込みご飯セット</b></p> <p>●栄養価 工: 348kcal 蛋: 10.5g 脂: 11.4g 炭: 47.4g 塩: 1.9g</p> <p>●献立 鶏と生姜の炊き込みご飯 ホキの天ぷら柚子おろしかけ すり胡麻かぼちゃ オクラのおかか和え 切干大根の煮物</p> <p>●小麦・乳</p>	<p>25</p> <p><b>うどんすきセット</b></p> <p>●栄養価 工: 327kcal 蛋: 9.7g 脂: 13.3g 炭: 41.0g 塩: 1.5g</p> <p>●献立 うどんすき うどんすきの具 マッシュかぼちゃ ブロッコリーとわかめの生姜和え 茄子と大豆のピリ辛和え</p> <p>●小麦・乳</p>	<p>26</p> <p><b>中華丼セット</b></p> <p>●栄養価 工: 373kcal 蛋: 9.9g 脂: 11.3g 炭: 54.9g 塩: 1.1g</p> <p>●献立 白飯 中華丼の具 ほうれん草と卵の和え物 大学芋 厚揚げと枝豆のチリソースかけ</p> <p>●小麦・乳・卵</p>	<p>27</p> <p><b>梅しそご飯セット</b></p> <p>●栄養価 工: 355kcal 蛋: 10.0g 脂: 10.8g 炭: 52.7g 塩: 1.7g</p> <p>●献立 梅しそご飯 鶏唐と野菜のソテー ひじき炒め煮 小松菜のアーモンド和え 茄子の肉味噌あん</p> <p>●小麦・乳</p>	<p>28</p> <p><b>あんかけ焼きそばセット</b></p> <p>●栄養価 工: 356kcal 蛋: 10.2g 脂: 13.7g 炭: 45.9g 塩: 2.0g</p> <p>●献立 焼きそば(ソース混合) 野菜あん 厚揚げと茄子の甘辛ソース さつまいも甘煮 小松菜の中華風卵和え</p> <p>●小麦・乳・卵</p>
--	---	--	---	--	--

### おいしいお召上がり方

- ①冷凍庫から取り出し、袋の端を切る
- 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。  
容器のまま召上がる場合は箸などでほぐしてください。

