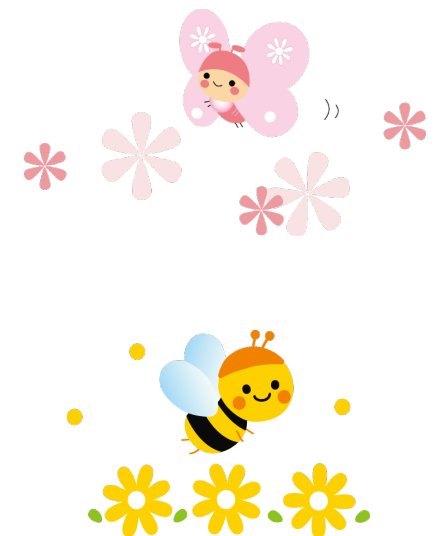


# 昼食週間献立カレンダー

日付	5月17日	5月18日	5月19日	5月20日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
昼食	卵あんかけうどん カレーコロッケ フルーツ(洋なし缶)	サケチーズ衣焼き マーボーナス オクラと湯葉のお浸し	野菜と豚肉の辛味噌炒め 麩の卵仕立て ほうれん草の胡麻浸し	赤魚粘濁焼き 肉団子のチーズカレー煮 マカロニサラダ
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 375Kcal/9.3g/7.3g/66.8g/5.8g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 215Kcal/13.1g/12.3g/12.1g/0.8g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 218Kcal/6.9g/13.2g/18.5g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 296Kcal/15.4g/17.7g/17.1g/1.9g

日付	5月21日	5月22日	5月23日
曜日	(土)	(日)	(月)
昼食	豚丼 インゲンの錦糸和え ヨーグルト	さわら味噌煮 じゃが芋と竹輪の照り煮 8種素材の彩りごまサラダ	ロールキャベツ〜トマトソース〜 小松菜とウインナーのソテー ブロッコリーの生姜和え
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 266Kcal/10.0g/15.4g/20.5g/2.1g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 235Kcal/13.1g/9.0g/24.5g/2.1g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 135Kcal/6.8g/4.7g/17.5g/1.7g



※お米の栄養価は含まれておりません