





朝食週間献立カレンダー

日付 曜日	5月5日 (金)	5月6日 (土)	5月7日 (日)	5月8日 (月)
朝食	香味シューマイ ゆず塩和え 金山寺みそ みそ汁	青のり天 茹で野菜サラダ のり佃 みそ汁	豆腐のひき肉包み焼き ひじき蓮根 ビタミンふりかけ みそ汁	カニ風味さつま揚げ オクラの和え物 おさかなそばろ みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 133Kcal/4.9g/5.2g/16.6g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 148Kcal/4.6g/7.7g/16.3g/2.1g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 171Kcal/6.1g/11.4g/11.1g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 106Kcal/4.7g/4.0g/13.5g/1.7g
				



※お米の栄養価は含まれておりません