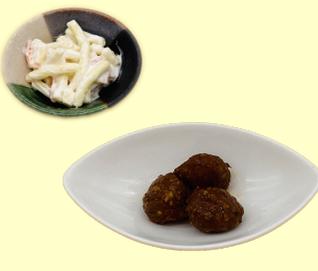


# 朝食週間献立カレンダー

日付	6月4日	6月5日	6月6日	6月7日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
朝食	香味シューマイ 筍の金平 みぞ汁	枝豆ふわふわ豆腐 牛肉入りれんこん みぞ汁	アジ入りさんが 小松菜のお浸し みぞ汁	チキンピカタ チンゲン菜のピーナッツ和え みぞ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 162Kcal/7.5g/4.8g/23.6g/1.3g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 125Kcal/4.9g/6.6g/12.7g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 105Kcal/7.3g/4.1g/9.8g/1.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 136Kcal/6.6g/6.7g/13.2g/1.7g
				
日付	6月8日	6月9日	6月10日	
曜日	(土)	(日)	(月)	
	フィッシュソーセージ 山菜のさっぱり和え みぞ汁	ミートボール マカロニサラダ みぞ汁	焼はんぺん なすのわさび醤油 みぞ汁	
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 116Kcal/5.6g/2.7g/18.5g/1.9g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 183Kcal/5.7g/10.2g/17.7g/1.9g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 88Kcal/4.3g/1.7g/14.5g/1.9g	
				



※お米の栄養価は含まれておりません