朝食週間献立カレンダー

日付	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
朝食	校豆ふわふわ豆腐 大根サラダ みそ汁	ミニハンパーグ 人参しりしり みそ汁	フィッシュソーセージ ひじき蓮根 みそ汁	焼は んぺん 切干大根煮 みそ汁
栄	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g
養 価	128Kcal/4.3g/7.6g/11.6g/1.3g	151Kcal/10.1g/6.9g/13.9g/1.6g	146Kcal/5.4g/5.4g/19.1g/2.0g	111Kcal/5.0g/2.5g/19.2g/2.3g
日付	6月22日	6月23日	6月24日	
曜日	(土)	(日)	(月)	
	香味シューマイ 小松菜のお浸し	アジ入りさんが 野菜入り春雨煮	枝豆人参生姜白揚げ レンコン金平	
	みそ汁	みそ汁	みそ汁	
栄	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g	
養 価	137Kcal/5.5g/4.0g/20.2g/1.2g	155Kcal/7.4g/5.3g/19.9g/2.1g	108Kcal/4.1g/2.6g/17.3g/1.6g	