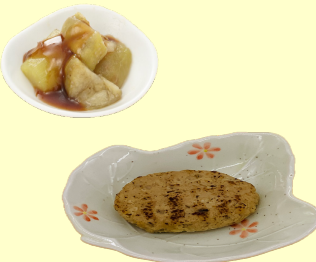


朝食週間献立カレンダー

日付	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
朝食	ソーセージステーキ おからと竹輪の炒り煮 みそ汁	青のり天 なめこおろし みそ汁	いわし入りハンバーグ なすの香味がけ みそ汁	シューマイ 千切り野菜の煮物 みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 130Kcal/7.9g/6.4g/10.5g/1.7g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 106Kcal/4.5g/4.7g/13.0g/1.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 140Kcal/7.2g/3.1g/21.5g/1.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 154Kcal/7.5g/6.2g/17.4g/1.7g
				

日付	6月29日	6月30日	7月1日
曜日	(土)	(日)	(月)
	ふんわり野菜豆腐よせ インゲンの錦糸和え みそ汁	スクランブルエッグ 卵の花炒り煮 みそ汁	チキンピカタ 春雨中華サラダ みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 154Kcal/9.0g/8.2g/11.4g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 173Kcal/7.9g/7.6g/20.6g/1.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 175Kcal/9.7g/9.5g/12.8g/1.9g
			



※お米の栄養価は含まれておりません