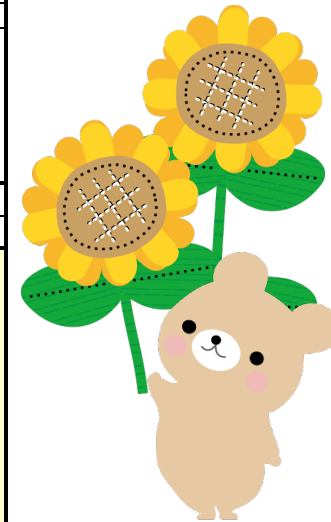


朝食週間献立カレンダー

日付	7月30日	7月31日	8月1日	8月2日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
朝食	野菜丸揚げ うの花サラダ みぞ汁	ソーセージステーキ 野菜の甘酢和え みぞ汁	コーンピースオムレツ 筍の金平 みぞ汁	ふんわり野菜豆腐よせ ゆずなめこ春雨 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/5.8g/7.4g/18.9g/1.7g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 112Kcal/5.8g/4.8g/11.5g/1.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 142Kcal/8.4g/5.8g/15.7g/1.7g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 176Kcal/7.2g/6.6g/23.2g/1.5g
				
日付	8月3日	8月4日	8月5日	
曜日	(土)	(日)	(月)	
	いわし入りハンバーグ さつま芋のいとこ煮 みぞ汁	香味シューマイ ワカメとオクラの酢の物 みぞ汁	スクランブルエッグ 野菜入り春雨煮 みぞ汁	
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 135Kcal/7.6g/2.9g/20.6g/1.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 145Kcal/8.1g/6.2g/15.7g/1.7g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 136Kcal/5.5g/5.4g/18.9g/1.7g	
				



※お米の栄養価は含まれておりません