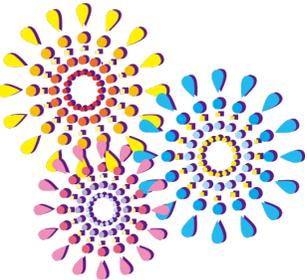
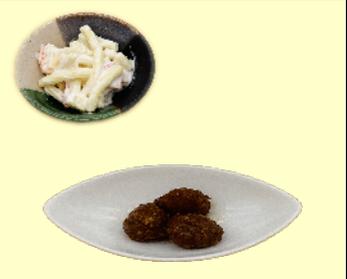
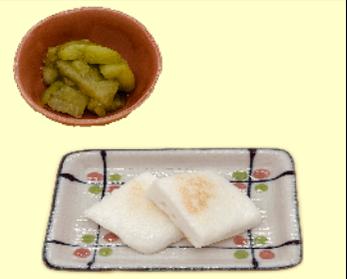


朝食週間献立カレンダー

日付	8月20日	8月21日	8月22日	8月23日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
朝食	香味シューマイ 卵の花炒り煮 みぞ汁	枝豆ふわふわ豆腐 筈の金平 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 千ん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 143Kcal/4.4g/5.5g/18.6g/2.0g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 107Kcal/4.7g/6.3g/9.3g/1.4g	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	8月24日	8月25日	8月26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 117Kcal/5.6g/2.7g/18.6g/1.9g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 188Kcal/6.3g/10.3g/18.2g/2.0g	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