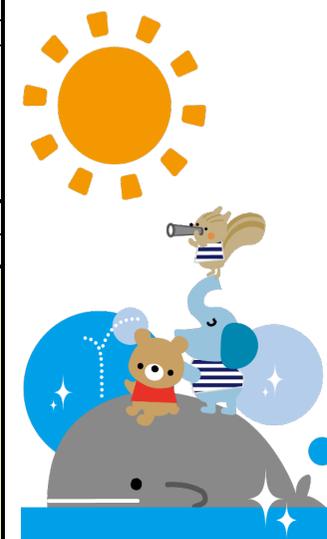


# 夕食週間献立カレンダー

日付	8月27日	8月28日	8月29日	8月30日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
夕食	ピーマンの肉詰め カリフラワーのクリーム煮 春菊の中華和え みそ汁	メバル西京焼き ひじき煮 かぼちゃサラダ お吸い物	メンチカツ なす生姜風味煮 大根サラダ みそ汁	ミニご飯〜ふりかけ〜 きつねうどん ワカメとカニカマのやわらか煮 フルーツ (バナナ)
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 172Kcal/10.9g/7.0g/18.6g/2.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 198Kcal/15.0g/9.1g/14.7g/3.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 308Kcal/10.1g/19.3g/24.2g/2.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 248Kcal/8.3g/4.0g/46.5g/3.6g
				
日付	8月31日	9月1日	9月2日	
曜日	(土)	(日)	(月)	
	鶏そばろ丼 菜の花ピーナッツ和え フルーツ (洋なし缶) すまし汁	さば塩焼き クリーミーペーコンポテト レンコンマリネ みそ汁	チキンロイヤル キャベツと油揚げの煮物 いんげんのカニカマ和え みそ汁	
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 140Kcal/7.1g/4.6g/16.9g/1.6g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 318Kcal/14.2g/20.5g/19.7g/2.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 150Kcal/9.5g/5.3g/17.7g/2.1g	
				



※お米の栄養価は含まれておりません