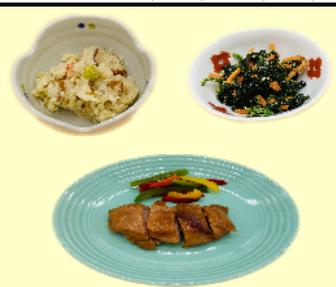


夕食週間献立カレンダー

日付	4月1日	4月2日	4月3日	4月4日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
夕食	肉味噌丼 野菜入り炒り玉子 フルーツ (パイナップル) スープ	さわらハーフ衣焼き 絹ごし揚げ煮 菜の花ちらし みそ汁	中華風茶飯、チャーシューのせ ねぎ入り卵巻き レンコンマリネ フルーツ (洋なし缶) スープ	さば煮付 鶏レバーオイスター炒め イタリアンサラダ みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 225Kcal/11.0g/13.0g/15.8g/2.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 325Kcal/17.4g/18.5g/22.6g/3.1g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 239Kcal/8.7g/10.0g/27.3g/2.9g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 192Kcal/11.0g/12.6g/9.3g/1.4g
				
日付	4月5日	4月6日	4月7日	
曜日	(土)	(日)	(月)	
	照り焼きチキン おからと竹輪の炒り煮 ほうれん草の胡麻浸し お吸い物	豆腐のかにかま入り卵とじ風 レンコン金平 春雨中華サラダ みそ汁	焼肉ピラフ 野菜コロッケ ピーマンナムル みそ汁	
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 199Kcal/11.0g/8.9g/18.6g/3.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 216Kcal/10.9g/6.5g/28.9g/3.0g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 190Kcal/5.6g/10.7g/18.6g/2.2g	
				



※お米の栄養価は含まれておりません