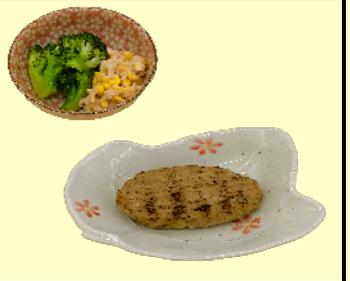
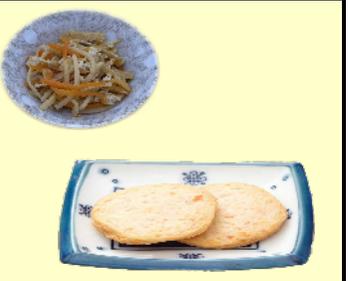


朝食週間献立カレンダー

日付	4月15日	4月16日	4月17日	4月18日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
朝食	クッパ風 さつま芋いとこ煮	スクランブルエッグ 野菜入り春雨煮 みそ汁	いわし入りハンバーグ ブロッコリーのツナコーンがけ みそ汁	シューマイ 春菊の信田和え みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 113Kcal/3.9g/2.9g/18.7g/2.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 146Kcal/8.2g/7.5g/13.0g/2.0g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 147Kcal/11.6g/4.3g/17.3g/1.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 148Kcal/9.8g/6.2g/14.2g/1.7g
				
日付	4月19日	4月20日	4月21日	
曜日	(土)	(日)	(月)	
	ふんわり野菜豆腐よせ 春雨中華サラダ みそ汁	パンプキンキッシュ 切干大根のコンソメ風味 みそ汁	野菜丸揚げ 筍の金平 みそ汁	
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 127Kcal/5.0g/7.2g/11.5g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 144Kcal/2.9g/7.1g/18.3g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 121Kcal/5.0g/4.0g/16.7g/1.9g	
				



※お米の栄養価は含まれておりません