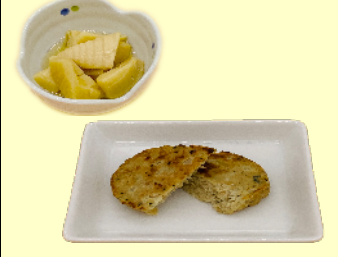
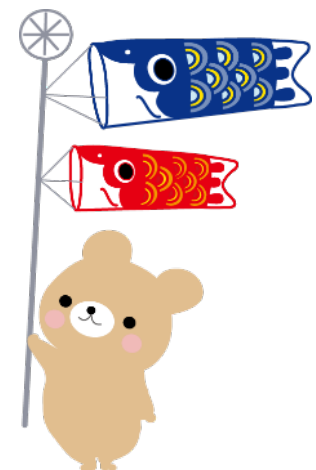


朝食週間献立カレンダー

日付	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
朝食	フィッシュソーセージ 切昆布大豆煮 みそ汁	青のり天 菜の花の胡麻よごし みそ汁	香味シューマイ 人参しりしり みそ汁	スクランブルエッグ ふき土佐煮 みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 169Kcal/10.3g/6.9g/18.6g/2.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 163Kcal/6.7g/5.6g/22.7g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 149Kcal/5.9g/7.1g/16.3g/1.4g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 136Kcal/8.0g/7.3g/11.2g/1.9g
				

日付	5月17日	5月18日	5月19日
曜日	(土)	(日)	(月)
	ミニハンバーグ 菜の花ちらし みそ汁	焼はんぺん ワカメとオクラの酢の物 みそ汁	アジ入りさんが たけのこの煮物 みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 116Kcal/8.8g/4.5g/12.1g/2.0g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 85Kcal/4.0g/1.8g/14.6g/1.9g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 131Kcal/7.2g/4.2g/17.1g/1.7g
			



※お米の栄養価は含まれておりません