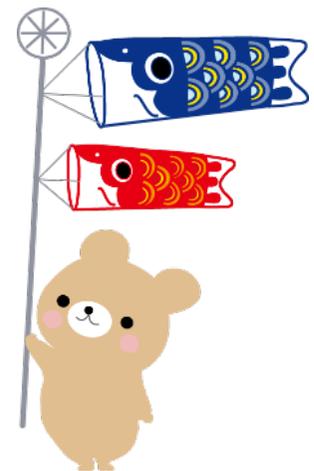


夕食週間献立カレンダー

日付	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日
曜日	(火)	(水)	(木)	(金)
夕食	サバ土佐煮 おからと竹輪の炒り煮 キャベツサラダサウザン風 みそ汁	豚丼 切干大根としば漬け和え フルーツ（フルーツカクテル缶） みそ汁	ぶりみぞれ揚げ 野菜入り炒り豆腐 レンコンマリネ みそ汁	とんかつ じゃが芋トマト煮 千んゲン菜のピーナッツ和え みそ汁
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 249Kcal/13.0g/15.6g/14.0g/1.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 263Kcal/9.1g/16.8g/17.8g/2.0g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 289Kcal/11.4g/16.8g/23.4g/2.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 294Kcal/11.1g/16.0g/27.6g/2.2g
				
日付	5月17日	5月18日	5月19日	
曜日	(土)	(日)	(月)	
	メバル西京焼き 千切り野菜の煮物 春雨中華サラダ すまし汁	中華風茶飯、チャーシューのせ ねぎ入り卵巻き やみつきほうれん草 フルーツ（パイン缶） みそ汁	牛肉コロッケ ひじき蓮根 マカロニサラダ みそ汁	
栄養価	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 163Kcal/16.1g/4.5g/15.0g/2.2g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 191Kcal/9.5g/8.8g/17.6g/2.5g	kcal/たんぱく質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 345Kcal/6.0g/19.1g/37.5g/2.8g	
				



※お米の栄養価は含まれておりません